

[Afficher sous forme de page Web](#)



# INFO-FLASH

## Nouvelles

Suivez-nous sur



**Téléchargez**   
la version imprimable



### Février 2023

Tous les mois, nous vous faisons part de renseignements, d'activités et de ressources pour vous tenir informés et au courant de ce qui se passe au CSV, ainsi que des actualités dans la communauté touchant les aînés.

En tant qu'organisme de bienfaisance enregistré, le CSV compte sur ses membres et sur des donateurs comme vous pour réussir son oeuvre. Vous pouvez appuyer notre [mission](#) en devenant membre ou en faisant un don. Merci!

[Adhérez maintenant](#)

[Donnez maintenant](#)

## CSV Nouvelles

**4.**

**Facilitate** the coordination of services to expand the range of home and community care support services to promote and protect the health of older adults

**Faciliter** la coordination des services d'élargir la gamme des services de soutien communautaires et à domicile et de promouvoir et protéger la santé des personnes âgées

#SpeakUpforAFHousing #OttCity #housingcrisis #age-friendlyOtt #olderadults #housingoptions #StartsWithHome #exprimezvouspourlelogementabordable #villeott #crisedulogement #villeamiedesainés #personnesainés #optionsdelogement #commenceaufoyer



### Logement ami-des-aînés, recommandation n° 4 :

Le Conseil sur le vieillissement d'Ottawa recommande que la Ville d'Ottawa facilite la coordination des services de santé publique avec les équipes de santé, les organismes communautaires et les intervenants, afin d'élargir la gamme de services de soutien à domicile et en milieu communautaire afin de promouvoir et de protéger la santé des personnes âgées.

Téléchargez les recommandations sur le logement ami-des-aînés

Parlez-en à votre conseiller municipal



## LES TAUPES DES NEIGES



Activités d'évaluation des conditions hivernales d'accessibilité et de sécurité piétonnières pour les aînés et autres personnes d'importance

Remplissez la fiche d'évaluation en ligne



Pour la marche hivernale accessible, sécuritaire et saine!

Pour savoir comment devenir une Taupé des neiges et nous aider à évaluer et à diffuser les conditions piétonnières hivernales, rendez-vous à <https://coaottawa.ca/fr/les-taupes-des-neiges>.

Pour plus d'informations pour rendre votre promenade plus sécuritaire, téléchargez [Marcher en hiver : quelques conseils](#).

Si vous percevez un danger, signalez le 3-1-1 pour rapporter toute situation nécessitant une action immédiate.



Regardez autour de vous et à l'intérieur de votre véhicule avant d'y monter. Si vous êtes inquiet pour une raison quelconque, passez simplement devant votre voiture et appelez à l'aide.

Verrouillez votre porte dès que vous entrez dans le véhicule. Faites-en votre première action, avant même de mettre la clé de contact.



**Tom Kelly**  
**Directeur, Éducation**

Depuis janvier 2023, Tom Kelly est directeur de l'Éducation au Conseil sur le vieillissement (CSV) d'Ottawa (COA). Avant son arrivée au CSV, Tom était administrateur de la Formation pour le groupe

Psychiatric Survivors of Ottawa (PSO). Il a accumulé plus de 20 ans d'expérience en interventions auprès de divers groupes d'âge dans les systèmes de soins pour les personnes aux prises avec des problèmes de santé mentale et de dépendance.

## En savoir plus



## Calendrier 2023 du CSV - mars

Des copies du calendrier 2023 du Conseil sur le vieillissement sont encore disponibles! Il renferme des renseignements, des citations, des conseils, des ressources, des promotions et des indications de dates importantes et intéressantes pour les personnes âgées.

### Services communautaires

**Viellir chez soi est l'objectif de la plupart des personnes âgées.**

Les services communautaires aident les personnes âgées et les adultes à mobilité réduite à rester chez eux en toute sécurité et dans la dignité aussi longtemps que possible. Ils peuvent aider les personnes âgées à vivre pleinement leur vie.

Il existe un large éventail d'options à explorer. Certains services sont offerts par des organismes à but non lucratif et d'autres sont offerts par des entreprises privées. Certains services peuvent être payés ou subventionnés par le gouvernement, tandis que d'autres sont fournis moyennant des frais.

Saviez-vous que vous n'avez pas besoin de références pour accéder à la plupart des services communautaires? Toutefois, il se peut que vous ayez besoin d'une référence d'une organisation de services d'aide à domicile et de soins communautaires pour accéder aux services communautaires bénéficiant d'un financement public.

Pour continuer à vivre de façon autonome et sécuritaire à domicile, voici quelques-uns des besoins les plus souvent mentionnés par les aînés et par les aidants naturels :

- Transport à des activités et des rendez-vous
- Contrôles de sécurité par téléphone
- Administration des médicaments
- Préparation des repas
- Services de livraison de repas
- Hygiène et soins
- Bain et habillage
- Ménage léger
- Blancherie
- Accompagnement
- Répit
- Transferts
- Toilettes
- Soins des pieds

### mars 2023

dim	lun	mar	mer	jeu	ven	sam
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Les services d'aide à domicile sont offerts de 9h à 19h, du lundi au vendredi. Les services de soins infirmiers sont offerts de 9h à 19h, du lundi au vendredi. Les services de soins infirmiers sont offerts de 9h à 19h, du lundi au vendredi.

Soins de qualité à domicile

freiheit.ca  
613-518-8258

Freiheit Care Inc.

ComForCare  
Nous prenons les soins à domicile à cœur.  
Appelez dès aujourd'hui!  
613-792-3663  
www.comforcare.ca

Notre objectif dans le calendrier ce mois-ci est axé sur les services communautaires. La grande majorité des personnes âgées indiquent qu'elles veulent vieillir chez elles. « **Viellir chez soi avec services et soutiens** » est l'un des huit **cours complémentaires** du programme « **Viellir allumé** ». Consultez l'Info-Flash Événements dans les prochaines semaines pour un atelier près de chez vous.

Mars apporte de nombreux événements en reconnaissance de la Journée internationale des femmes. Par exemple, célébrez en compagnie de trois autrices à **Retraite en Action - 8 mars** de 10 h à 12 h. La Saint-Patrick est le 17 mars et la **Journée internationale de la visibilité des transgenres** le 31 mars. Aussi, nous accueillons le printemps le 20 mars et nous reculons nos horloges le 12 mars.

## Nos commanditaires du calendrier de mars

Soins de qualité à domicile

Vos proches méritent les meilleurs soins

freiheit.ca  
613-518-8258

Freiheit Care Inc.



**Le déjeuner du printemps est de retour pour 2023 !**  
avec le conférencier principal **André Picard!**

Inscrivez-vous maintenant



Nous recherchons un  
**Coordonnateur.e du développement des fonds**

En savoir plus



### **Célébrons les personnes à l'origine de nouvelles opportunités -intergénérationnelles innovantes d'engagement**

Pour célébrer la Journée internationale des Femmes, nous reconnaissons notre équipe de femmes enthousiastes et passionnées (et un homme également dévoué à notre travail) qui collaborent pour faire des liens intergénérationnels une priorité dans notre communauté.

Au cours des quatre prochaines années, nous développerons des sites de démonstration de nouvelles et meilleures pratiques pour la programmation intergénérationnelle dans le cadre de l'apprentissage et de la garde agréée des jeunes enfants dans trois environnements uniques : sur le campus à côté d'une résidence sur place pour personnes âgées, dans un quartier en collaboration avec une église, la Trinity Anglican Church, et co-localisé à Perley Health dans le cadre d'un nouveau modèle offrant aux enfants et aux personnes âgées la possibilité de se connecter naturellement grâce à des interactions attentionnées et réactives dans le cadre de leurs routines quotidiennes.

Le réseautage est notre atout numéro un dans la réalisation de ce projet. Ce collectif de partenaires et de collaborateurs engagés apporte les forces uniques propres à chacun, chacune; nous apprenons les uns des autres et ensemble.

Nous sommes très reconnaissants de savoir que les enfants, les grands-amis, le personnel, la famille et les amis apprécient leur temps ensemble. Des conversations inspirantes ont lieu partout au Canada.

[En savoir plus](#)

[Impliquez-vous](#)

## Façonner les attitudes et politiques publiques

### **Les centres de santé et de bien-être de quartier en tant que modèle potentiel de prestation de services qui répondraient aux besoins des personnes âgées**

Le comité de la Santé du Conseil sur le vieillissement d'Ottawa (CSV) a envoyé une lettre à la Dre Vera Etches, médecin chef en santé publique de Santé publique Ottawa (SPO), au sujet des **Centres de santé et de bien-être de quartier** en tant que modèle potentiel de prestation de services qui répondraient aux besoins des personnes âgées et de la possibilité d'élargir ou de faire évoluer les Centres afin d'inclure plus d'emplacements et d'élargir la gamme de services offerts.

[En savior plus](#)

### **Le mémoire du CSV dans le cadre de la consultation pré budgétaire de l'Ontario demande davantage d'options de soins et de logement**

Compte tenu du fait que les projections indiquent que la population de personnes âgées doublera presque, le CSV croit que le gouvernement doit commencer à faire des investissements dès maintenant pour relever les défis d'une population vieillissante qui augmente rapidement et qui aura besoin d'un niveau croissant de soutien et de services au-delà de la pandémie. Ces investissements doivent être soutenus et doivent s'inscrire dans le contexte d'une vision d'un Ontario ami-des-aînés s, en répondant à leurs besoins urgents dans les domaines de la santé publique, des soins à domicile et communautaires, du logement, de l'accessibilité et du transport.

En savior plus

## Voyez la délégation du CSV au comité de l'Urbanisme et du Logement de la Ville pendant les délibérations sur le budget

Le mercredi 15 février 2023, Valerie Wright, membre du comité du Logement ami-des-aînés, a présenté deux recommandations dont on pourrait tenir compte dans le cadre de l'ébauche du budget d'exploitation et d'immobilisations de la Ville, afin :

- D'accroître la gamme d'options de logements amis-des-aînés qui sont à la fois très abordables et accessibles, qui donnent accès à des services et qui permettent aux personnes âgées de vieillir sur place et dans la communauté.
- D'encourager et d'investir dans des modèles de construction novateurs qui intègrent une conception adaptée aux personnes âgées, encouragent les liens et les relations entre des personnes dont les divers niveaux d'âges, de revenus et de milieux aident à répondre aux besoins en matière de logement tout au long de la vie d'une personne.



Regardez la video (en anglais seulement)

## Le CSV a déçu les normes de qualité de l'entretien hivernal qui ne figurent pas dans le budget 2023

Les membres du sous-comité sur le potentiel piétonnier en fonction de l'âge et sur la sécurité des piétons du Conseil sur le vieillissement d'Ottawa ont été déçus d'apprendre, lors de notre réunion, que la mise à jour du rapport sur [les normes de qualité pour l'entretien hivernal \(NQEHL\)](#) de Travaux

publics, demandée par le Conseil municipal il y a plusieurs années, a encore été écartée des considérations budgétaires de cette année et ne sera pas prise en compte avant le budget municipal de 2024.

[En savoir plus](#)

## Occasions de bénévolat

### Co-Président(e), Santé

**Le Comité de la santé** travaille en collaboration avec les aînés et en leur nom pour améliorer leur qualité de vie en exerçant une influence sur la politique publique et les pratiques ayant trait à la santé et aux soins de santé. Vos compétences en organisation et en facilitation aideront le Comité de la santé du CSV à atteindre ses objectifs.

[En savoir plus](#)

### Co-Président(e)s, Comité du transport

Comptant trois sous-comités actifs, **le Comité du transport** travaille avec et pour les personnes aînées en appuyant des initiatives et des interventions ciblant la sécurité des déplacements et le potentiel piétonnier, le transport rural, les conducteurs aînés et le transport en commun et accessible.

[En savoir plus](#)

## Nouvelles communautaires

### Foyers pour aînés : l'Ontario ne s'engage pas à rendre les normes fédérales obligatoires

Le ministre ontarien des Soins de longue durée, Paul Calandra, dit qu'il évaluera les normes proposées par Ottawa pour les foyers d'aînés, mais sans promettre de les imposer aux établissements de la province.

Selon ces normes volontaires, chaque bénéficiaire devrait recevoir au moins quatre heures de soins par jour, notamment.

Le gouvernement de Doug Ford s'est fixé comme cible l'an dernier d'arriver à une moyenne de quatre heures de soins par jour d'ici 2024-2025.

### De 100 000 à 150 000 personnes sans accès à un médecin de soins primaires à Ottawa

De 10 à 15% des résidents de la capitale fédérale n'ont pas accès à un spécialiste en soins de santé primaires, selon des données ontariennes de mars 2020. Le Conseil de santé d'Ottawa craint que cette proportion soit plus importante maintenant alors que la population de la ville a crû et que des médecins ont pris leur retraite ou sont plongés dans l'épuisement professionnel durant la pandémie de COVID-19.

[En savoir plus](#)  
**ledroit.com**



[En savoir plus](#)  
[ici.radio-canada.ca](http://ici.radio-canada.ca)

### **Communiqué: Transferts Fédéraux En Santé : N'oublions Pas Les Langues Officielles!**

Alors que le gouvernement fédéral reprend les discussions avec ses homologues provinciaux et territoriaux autour de la question de l'augmentation des transferts en santé, la Société Santé en français (SSF) réaffirme la nécessité d'inclure au sein de ces transferts des clauses linguistiques, qui permettraient d'augmenter l'accès à des services de santé pour les minorités de langues officielles du Canada.

[En savior plus](#)  
[santefrancais.ca](http://santefrancais.ca)

### **Votre santé : Plan pour des soins interconnectés et commodes**

Le gouvernement de l'Ontario a publié Votre santé : Plan pour des soins interconnectés et commodes. Ce plan vise à offrir aux gens une meilleure expérience en matière de soins de santé en leur proposant des options plus commodes près de chez eux, tout en réduisant les temps d'attente pour les services clés dans toute la province et en augmentant la main-d'œuvre dans le secteur de la santé pour les années à venir.

[En savior plus](#)  
[news.ontario.ca/fr](http://news.ontario.ca/fr)

### **Nouveau crédit d'impôt pour les ménages multigénérationnels**

Le gouvernement du Canada a introduit un nouveau crédit d'impôt pour la rénovation d'habitations multigénérationnelles à l'intention des familles qui construisent un logement secondaire pour un membre de la famille qui est une personne aînée ou un adulte en situation de handicap. À compter du 1<sup>er</sup> janvier 2023, les familles pourront demander un crédit d'impôt de 15 %, jusqu'à concurrence de 50 000 \$ en coûts de rénovation et de construction, ce qui pourrait leur procurer une aide pouvant atteindre 7 500 \$.

[En savoir plus](#)  
[canada.ca/fr](http://canada.ca/fr)

### **« Niveau zéro » à Ottawa : le manque d'ambulances s'est encore aggravé en 2022**

Le nombre de cas où aucune ambulance n'était disponible a plus que doublé, en 2022, battant ainsi le triste record de 2021.

Le Service paramédic d'Ottawa a connu une augmentation spectaculaire de cas de niveau zéro, en 2022, avec plus du double du nombre d'incidents signalés par rapport à l'année précédente, où un record avait déjà été établi.

[En savior plus](#)  
[ici.radio-canada.ca](http://ici.radio-canada.ca)

## Recherche



Vous êtes invités à participer à une étude de recherche. Cette étude est menée en tant que sondage en ligne par des chercheurs de l'Université Dalhousie à Halifax, Nouvelle-Écosse.

**Le problème :** Un d'entre dix aînés canadiens prend un somnifère régulièrement, souvent pendant plusieurs mois ou plusieurs années. À cause des risques de ces médicaments, les experts médicaux recommandent une utilisation à court terme. Par contre, l'arrêt de ces médicaments peut être difficile. Nous voulons en apprendre plus sur les expériences des personnes qui ont essayé d'arrêter ces médicaments, peu importe si ces personnes ont réussi.

**Les participants :**

- Âgés de 65 ans ou plus
- Vivent indépendamment dans leur communauté (ne résident pas dans un centre de soins de longue durée)
- Utilisation du somnifère : prennent un somnifère ou ont arrêtés de prendre un somnifère durant les deux derniers ans

**Le sondage :** Avant de compléter le sondage, veuillez s'il vous plaît lire les détails du sondage à : [sleepstudy.ca/simoa](https://sleepstudy.ca/simoa)

**Les chercheurs principaux :** Dr. Andrea Murphy est une Professeure Agrégée dans la faculté des sciences de la santé et Dr. David Gardner est un Professeur Titulaire dans la faculté de médecine. Les deux travaillent à l'université Dalhousie, qui est située à Halifax, Nouvelle-Écosse. L'usage sécuritaire des médicaments est leur domaine prioritaire de recherche.

Apprenez-en plus sur l'étude SIMOA et sur l'équipe de recherche : [sleepstudy.ca/simoa](https://sleepstudy.ca/simoa)

## Service de soutien aux aînés

### Comptoirs d'impôts gratuits

Avez-vous besoin d'aide pour remplir votre déclaration de revenus ? Si vous avez un revenu modeste et une situation fiscale simple, les bénévoles d'un

comptoir d'impôts peuvent vous aider à remplir votre déclaration de revenus gratuitement. Trouvez les comptoirs d'impôts gratuits dans votre communauté sur le site Web de l'Agence du revenu du Canada (ARC). Les comptoirs d'impôts pour 2023 seront ajoutés continuellement au cours des prochains mois. La date limite de production des déclarations de revenus est le 30 avril.

### [En savoir plus](#)

[canada.ca](#)

**Avertissement** : INFO-FLASH est publié comme service d'information et d'éducation. Nous essayons de présenter les plus récentes informations disponibles. Veuillez vérifier les informations additionnelles dans « [Événements](#) » et « [Mises à jour](#) ».

**Responsabilité** : À titre d'organisme bilingue, le CSV s'efforce de fournir de l'information complète et rédigée avec soin dans les deux langues officielles. L'information provenant d'organismes externes peut ne pas être bilingue, mais elle est partagée dans les deux langues autant que possible.

## Contactez-nous

[coaottawa.ca](#)

613-789-3577

[coa@coaottawa.ca](#)

Le Conseil sur le vieillissement d'Ottawa | The Council on Aging of Ottawa | 217-815, boul. St-Laurent, 217-815 St. Laurent Blvd., Ottawa, ON K1K 3A7 Canada

[Unsubscribe {recipient's email}](#)

[Update Profile](#) | [Constant Contact Data Notice](#)

Sent by [communications@coaottawa.ca](mailto:communications@coaottawa.ca) powered by



Try email marketing for free today!