



MRC DE
CHARLEVOIX-EST



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Pour diffusion immédiate

CAFÉS-CONFÉRENCES INTERGÉNÉRATIONNELS LE VIEILLISSEMENT ACTIF PRÉSENTÉ PAR LES FINISSANTS EN SOINS INFIRMIERS DU CENTRE D'ÉTUDES COLLÉGIALES EN CHARLEVOIX

Charlevoix, le 9 mai 2024 – Dans le cadre de leur politique Municipalité amie des aînés (MADA), les MRC de Charlevoix et de Charlevoix-Est, en partenariat avec Desjardins et en collaboration avec le Centre d'études collégiales en Charlevoix, ont offert deux cafés-conférences sur le thème du vieillissement actif. Les événements ont eu lieu les 2 et 7 mai derniers à Notre-Dame-des-Monts et à Saint-Hilarion respectivement. Ces rencontres avaient comme objectif de sensibiliser à l'égard de la santé et de la prévention que peuvent mettre de l'avant les aînés pour contribuer à l'amélioration de leur bien-être.

Les finissants en soins infirmiers avaient préparé une conférence interactive avec les participants. Ces échanges ont permis à ces derniers de retourner à la maison avec davantage de ressources entre leurs mains pour bien vieillir en santé, tant sur le plan physique que psychologique. Les aînés ont été appelés à faire quelques petits exercices pour garder la forme. Ces exercices pourront être repris à la maison selon les bons désirs des aînés participants. Avoir de saines habitudes de vie est un aspect important pour garder nos populations en santé et pour permettre de favoriser le maintien à domicile chez les personnes aînées.

L'enthousiasme vécu par les personnes présentes permet de confirmer le besoin des aînés pour ce type d'activité qui en était à une première expérience pour les deux municipalités. Vu l'engouement, les cafés-conférences se poursuivront à l'automne avec d'autres sujets importants qui touchent les aînés.

Ces initiatives sont soutenues par le programme de soutien à la démarche Municipalité amie des aînés (MADA) des MRC de Charlevoix et de Charlevoix-Est

- 30 -

Source :

Isabelle Lapierre
Chargée de projet pour les démarches locales MADA
MRC de Charlevoix et MRC de Charlevoix-Est
isabellelapierre.mrccharlevoix@gmail.com
mada@mrccharlevoixest.ca
450 675-8608