

EXPOSANTS

Assistance à domicile

- CISSS de Lanaudière - CLSC de Saint-Esprit
Services et soins à domicile
- Les Petits Frères de Lanaudière
Contrer l'isolement des aîné-e-s jusqu'à la fin de leur vie
- Service d'aide à domicile du Rousseau
Aide domestique, entretien ménager, repas, courses, gardiennage
- Zensor Care
Capteurs d'alerte à domicile

Finances, sécurité et droits

- Association coopérative d'économie familiale (ACEF)
Aide à la gestion des finances personnelles
- AQDR de la Ouareau
Défense des droits des personnes retraitées et préretraitées
- CAAP Lanaudière
Accompagnement aux plaintes dans le système de santé et aux locataires de résidences aîné-e-s avec leur bail
- Caisse de Montcalm et de la Ouareau
Conseils financiers et fraudes
- Info Justice Laval-Laurentides-Lanaudière
Informé, mieux outillé pour régler un conflit hors des tribunaux
- Juripop
Services juridiques accessibles pour faire valoir ses droits
- Sûreté du Québec
Sécurité publique et prévention

Habitation

- Expertbâtiment Services-Conseils
Programmes Éconologis et Rénoclimat
- Office d'habitation Lanaudière Nord (OHLN)
Offre de logements abordables et aide à la recherche d'un logement

Services municipaux

- Municipalité de Sainte-Marie-Salomé
- MRC de Montcalm
- Service de sécurité incendie de Saint-Lin-Laurentides et de la MRC de Montcalm
- Ville de Saint-Lin-Laurentides

EXPOSANTS

Loisirs et culture

- Club FADOQ de Saint-Lin-Laurentides
Activités sociales et récréatives pour les 50 ans et plus
- Corporation des Jeux de la MRC Montcalm
Compétitions amicales pour les 50 ans et plus
- Coopérative de Services Multiples de Lanaudière (CSML)
Formations diverses gratuites et service d'aide administrative
- Groupes d'entraide et d'amitié (GEAs)
Contribuer à l'amélioration de la qualité de vie des aîné-e-s
- Jardin Humani-Terre
Favoriser la socialisation, la réinsertion socio-professionnelle et l'intégration par des activités en lien avec le jardin et la nature
- Société d'histoire et d'écologie de la Nouvelle-Acadie
Promotion du jardinage, de l'horticulture et de l'écologie
- Société d'horticulture et d'écologie de Saint-Calixte
Passionnés de nature qui partagent leurs connaissances
- Voyage Vasco Joliette
Croisières abordables aux quatre coins du monde

Santé et mieux être

- Association Carrefour Famille Montcalm (ACFM)
Service d'accueil, d'écoute et de référence
- Cancer-Aide Lanaudière
Soutien aux personnes atteintes du cancer et à leurs proches
- Centre d'action bénévole de Montcalm (CAB Montcalm)
Accompagner les aîné-e-s en situation de vulnérabilité, soutien, activités de socialisation et activités pour proches aidants
- Centre Visuel St-Lin-Laurentides
Expertise dans le domaine optique
- Comité des usagers du CISSS du Nord de Lanaudière
Accompagner, informer de ses droits sur les soins reçus dans le réseau de la santé
- Diabétiques de Lanaudière
Informations, soutien et activités
- Fondation Isabelle & Luc Poirier
Sensibiliser, soutenir pour prévenir l'intimidation et la violence
- Lobe
Services en santé auditive
- Service d'entraide St-Lin-Laurentides
Service d'aide alimentaire, friperie et objets d'occasion
- Société Alzheimer de Lanaudière
Services aux aidants et aux aidés atteints de troubles neurocognitifs
Informations, activités et service de répit



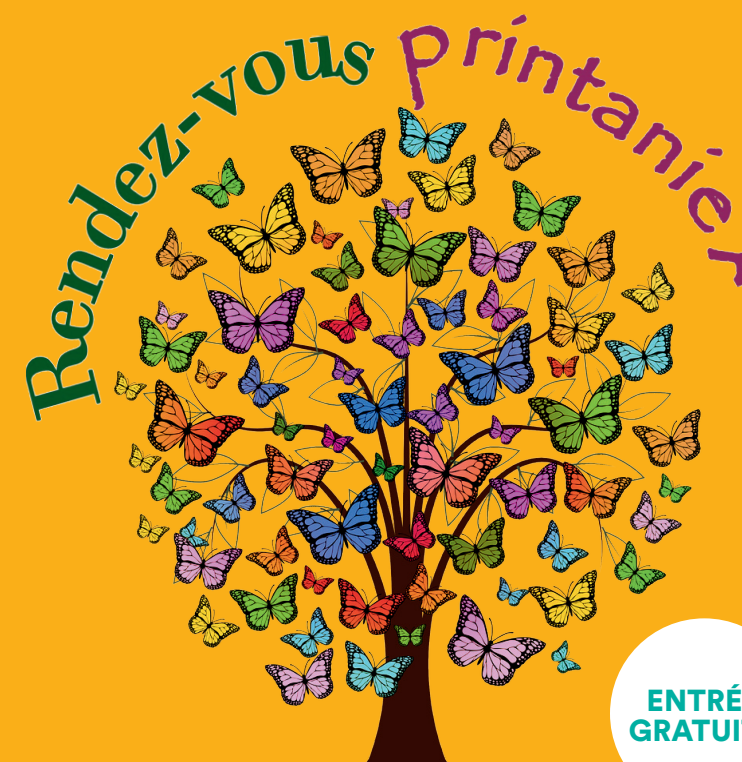
En partenariat avec:
Québec



Jeudi 14 mai, 9 h à 16 h

SALLE L'OPALE

510, rue St-Isidore, Saint-Lin-Laurentides



Un salon pour rester curieux, actif et inspiré!
Pensé pour les 50 ans et plus, ouvert à tous.

Service de transport gratuit sur réservation.

Un laissez-passer journalier offert pour le parc régional de Kilkenny aux 300 premiers visiteurs.



Le Rendez-vous printanier : un moment pour vous informer, échanger et faire le plein de ressources.

Venez profiter d'une riche programmation de conférences et d'ateliers dynamiques, conçus pour vous informer, approfondir vos connaissances et mieux vous outiller.

Animées par des professionnels, ces activités vous invitent à découvrir des sujets d'actualité, à poser vos questions et à obtenir des réponses personnalisées adaptées à votre réalité.

Rencontrez des spécialistes et exposants passionnés et découvrez les nombreuses ressources disponibles près de chez vous.

Pensé pour les 50 ans et plus, cet événement est ouvert à toute la population.

Un rendez-vous à ne pas manquer!

Afin de faciliter l'accès à l'événement, la MRC met à votre disposition un service de navette gratuit*, aller-retour, depuis votre municipalité.

Pour réserver votre place, communiquez avec Marie-France Roy au 450 831-2182, poste 7077.

Date limite de réservation : 5 mai.

Heures d'arrivée à la Salle L'Opale pour chacune des navettes :

9 h • 10 h 30 • 13 h 30

Heures de départ, pour le retour, de la Salle L'Opale :

11 h 30 • 14 h 30 • 16 h 15

**Sur inscription seulement. Les places seront allouées selon les réservations. Sans inscription au préalable, il est possible que l'accès vous soit refusé.*

**Pour consulter les horaires et circuits des navettes :
NAVETTES**

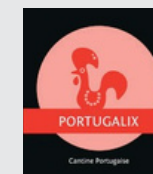
PROGRAMMATION

Salle Hogue

- 9 h 15** Activité santé : bouger et faire le plein d'énergie (exercices adaptés et sur chaise, programme Viactive), Christiane Dubord et Lucie Desroches
– Club FADOQ Saint-Lin-Laurentides
-
- 10 h 15** Tai Chi – démonstration, Jacques Jalbert et Robert Morency
– Club FADOQ Saint-Lin-Laurentides
-
- 11 h** Ateliers 360 : une expérience virtuelle au coeur de l'intimidation et de l'âgisme (casque 3D), Hubert Minier
– Fondation Isabelle & Luc Poirier
-
- 13 h** Sécuriser sa vie en ligne : conseils et bonnes pratiques pour rester protégé et vigilant, Adrien Crépeau
– Communautaire
Tirage de 3 livres " Fraude en ligne " de François Charron
-
- 14 h** L'ABC du jardinage : de A à Z pour un jardin épanoui, Jasmin Lafortune
– Coopérative Jardinons
-
- 15 h** Ateliers 360 : une expérience virtuelle au coeur de l'intimidation et de l'âgisme (casque 3D), Hubert Minier
– Fondation Isabelle & Luc Poirier

Salle Brisson

- 9 h** Caravane 360 : les outils juridiques essentiels pour rester maître de ses choix, Me Sangitha Jeyaseelan
– Juripop
-
- 10 h** Anticiper l'avenir pour mieux se protéger : testaments et mandats de protection, Me Flavie Masson
– Info justice Laval-Laurentides-Lanaudière
-
- 11 h** À la découverte de nos racines : initiation à la généalogie, Robert Migué
– Société de généalogie de Lanaudière
-
- 13 h** La santé au coeur de l'assiette : faire des choix alimentaires éclairés, Judith Blucheau, nutritionniste
-
- 14 h** Bien manger sans se ruiner : simple et savoureux au quotidien, Caroline Séguin
– ACEF Lanaudière
-
- 15 h** La santé cognitive : mieux comprendre sa mémoire et ses changements, Sarah Don
– Fédération québécoise des sociétés d'Alzheimer



11 h à 15 h
Camion gourmand sur place
Cantine Portugalix