

Les Mercredis-conférences à Sercovie

dès 13h30 à la cafétéria

(offertes gratuitement aux membres de Sercovie, aucune réservation requise)

Date	Conférence	Offerte par :
22 janvier	Nutrition et 3^e âge L'importance de bien s'alimenter en vieillissant.	Geneviève Massé, nutritionniste, CIUSSE-CHUS
29 janvier	Crédits d'impôt Connaître les programmes, services et crédits d'impôts pour aînés au fédéral.	Revenu Canada, en collaboration avec l'AQDR
5 février	Parkinson-Estrie Les derniers traitements qui font la une dans les manchettes ou au sein de la communauté scientifique : transplantation cellulaire, vaccin, thérapies géniques; dans le contexte des nouvelles théories qui émergent pour expliquer la manifestation et l'évolution de la maladie de Parkinson.	Dre Francesca Cicchetti, professeure titulaire au département de Psychiatrie et Neurosciences à la faculté de Médecine de l'Université Laval. En collaboration avec Parkinson Estrie
12 février	Changements climatiques Comprendre ce qui entraîne les changements climatiques. Les impacts actuels et ce qui arrivera d'ici 2050 si nous ne faisons pas de changements majeurs. Agir comme individu et citoyens pour diminuer notre impact sur le climat.	Martin Lemmens
19 février	La santé des yeux Glaucomes, dégénérescences maculaires, diminutions de la vue.	Chantal Belhumeur, naturopathe
4 mars	Parkinson-Estrie (Titre de conférence à venir)	Parkinson-Estrie
11 mars	Épuré Notre milieu de vie est le miroir de notre intérieur! Comment arriver à se désencombrer et à mieux organiser notre espace pour retrouver la vitalité et un état d'esprit plus libre.	Julie Brassard
18 mars	Semaine du cerveau Conférences offertes par des professeurs-chercheurs de la Faculté de médecine et des sciences de la santé de l'Université de Sherbrooke.	Neurosciences Sherbrooke, Université de Sherbrooke
25 mars	Dans la peau d'un aîné Sensibilisation et expériences qui simulent la réalité d'une personne vieillissante et les contraintes et défis qu'elle doit parfois surmonter au quotidien : la vision, l'audition, la mobilité, l'agilité, la cognition, les deuils.	FADOQ de l'Estrie
1er avril	Parkinson-Estrie (Titre de conférence à venir)	Parkinson-Estrie
8 avril	Les Proches Aidants Comme proche aidant, il se peut que vous soyez sollicités de toute part, ce qui peut « décharger » votre batterie. Voici quelques solutions possibles afin de prévenir ou diminuer l'épuisement, des actions simples à faire au quotidien.	Charlène Pétrin, RAAN (Regroupement des aidantes et aidants naturels)
15 avril	Trucs et astuces d'une liquidation de succession Le décès d'une personne qui nous est chère peut nous apporter bien des maux de tête. Une fois les funérailles terminées, il faut liquider la succession, c'est-à-dire accomplir les formalités requises, procéder à l'inventaire, récupérer les sommes dues, payer les dettes et concrétiser les souhaits du défunt. C'est loin d'être une mince tâche !	Notaires de Monty Sylvestre, en collaboration avec l'AQDR
22 avril	Soins palliatifs et soins de confort Mieux connaître les soins palliatifs et de confort et les enjeux d'accessibilité aux soins.	Dre Louise Lafontaine, en collaboration avec l'AQDR
29 avril	Je « VÊTS BIEN » : l'humain derrière le vêtement Une réflexion pour approfondir un volet de la connaissance de soi, rarement abordée : le regard que je pose sur moi et dans ma relation au vêtement est-il approprié?	Luc Breton, analyste en comportements vestimentaires
6 mai	Parkinson-Estrie (Titre de conférence à venir)	Parkinson-Estrie
13 mai	Coopératives d'habitation pour aînés Choisir de vivre en coopérative.	Guillaume Brien, FCHE (Fédération des coopératives d'habitation de l'Estrie)