



**ADAUQAR**

Le savoir accessible pour les 50 ans et mieux

Association des aînés

## En route vers ses 30 ans

L'Association des aînés de l'UQAR soulignera à l'automne 2018 ses 30 ans d'existence. Depuis 1988, en effet, cette association sans but lucratif organise chaque année une panoplie de conférences et de formations à l'attention des personnes de 50 ans et plus de tout le Bas-Saint-Laurent, sans égard à leur formation scolaire ou à leur parcours de vie.

L'Association connaît un succès impressionnant. Il y a vingt ans, elle comptait un peu plus de 220 inscriptions dans la quinzaine de formations qu'elle offrait. Pour la dernière année (2017-2018), elle a affiché 1001 inscriptions réparties dans plus de 50 formations.

Les ateliers de langues (anglais, espagnol, italien) sont particulièrement populaires, tout comme la formation « Muscliez vos méninges », qui vise à stimuler la mémoire. Mais il y a aussi des ateliers en informatique, en santé, en géographie et en histoire, en sciences, en musique, en photo, en rédaction, etc.

L'Association a également proposé au cours de cette année une douzaine de conférences sur des thèmes variés, par exemple : les véhicules électriques; la gestion financière à la retraite; les changements climatiques dans le Saint-Laurent; la cathédrale de Rimouski; la présence des Latinos aux États-Unis; la philatélie de la France. Plus de 800 personnes ont participé à ces conférences.

L'ensemble de ces activités répond très bien au souhait du Dr Lucien Gendreau qui, il y a 30 ans, avait été la bougie d'allumage pour la création de l'Association. Avec la collaboration de l'UQAR, il avait alors mis sur pied une organisation pouvant fournir une programmation et des ressources pertinentes.

De l'avis de ce médecin de profession, l'apprentissage mental, tout comme l'entraînement physique, pouvait très bien retarder le processus de vieillissement des personnes aînées, tout en assurant leur satisfaction personnelle et leur plaisir d'acquérir des connaissances nouvelles.

Trente ans plus tard, ce souhait est toujours vivant. Et toute l'équipe de l'Association, sous la direction de M. Normand Pelletier, se prépare à célébrer les 30 ans avec des activités spéciales. La Semaine des aînés, organisée par la Ville de Rimouski au début d'octobre, sera l'occasion de quelques célébrations. À surveiller!



Dr Lucien Gendreau