

# **L'autre Parole**

*Pour humaniser la vie des aînés*



**Des activités qui rassemblent !**



## Responsable du comité journal

Thérèse Bernier

## Comité journal

Thérèse Bernier

Martin Montoudis

Lucie Levert

Diane Richard

## Conception graphique

Linda Giard

## Coordination

Diane Richard

## Photos

Anne Falcimaigne

Laurent Giasson

Laurent Guay

**Note de la rédaction :** Les annonceurs ne sont d'aucune façon liés à l'AQDR Laval ou à ses dirigeants. L'AQDR se réserve le droit de mettre fin en tout temps à l'affichage de la carte d'affaires ou du message publicitaire et ce, sans avis particulier, ni dédommagement. Les opinions exprimées dans les articles sont la responsabilité exclusive de leur auteur et ne sont pas nécessairement partagées par la rédaction.

## Services aux abonnés

*L'autre Parole* est publiée deux fois par années (mars et septembre) et est distribuée gratuitement à tous les membres. Le coût de l'abonnement annuel est de 15\$, pour vous abonner, communiquez avec l'AQDR Laval.

## Dépôt légal

Bibliothèque nationale du Québec

Bibliothèque nationale du Canada

ISSN-1705-9046

## Dans ce numéro

	Page
Mot de la présidente	3
Avis de convocation de l'AGA	4
Bientôt, une coopérative funéraire à Laval	5
Frais illégaux en santé	6
La santé des aînés	7
Retraite : Appuyons les réformes qui s'imposent	8 et 9
En direct du Parlement des sages	10
Ça bouge à l'AQDR Laval	11
Nouvelles de nos partenaires	12
Lu pour vous	14



1450, boul. Pie X , bureau 202

Laval (Québec) H7V 3C1

Tél. : 450-978-0807

Info activités : 450-978-9808

Courriel : [aqdr\\_laval@videotron.ca](mailto:aqdr_laval@videotron.ca)

Site Internet : [www.aqdr\\_laval.org](http://www.aqdr_laval.org)

Site AQDR nationale : [www.aqdr.org](http://www.aqdr.org)

# Mot de la présidente

Après notre dernier numéro spécial *Mourir dans la dignité*, nous retrouvons un numéro qui présente les thèmes variés qui ont retenu notre attention ces derniers mois.

À l'AQDR Laval, les activités se poursuivent et comme nous sommes très sollicités, nous ne pouvons pas, avec nos ressources limitées, approfondir tous les sujets. Le Conseil d'administration a donc identifié deux priorités majeures : il s'agit du maintien à domicile et de la prévention de la fraude et des abus.



La prévention de la fraude et des abus est toujours d'actualité malgré la sensibilisation entreprise. Même si personne n'aime savoir qu'il s'est parfois fait avoir, ou même seulement l'envisager, les différents visages de la fraude commencent à être mieux connus. L'affluence à notre événement *Halte à la fraude et à l'abus* du 26 octobre dernier en est la preuve.

Par contre, il est plus difficile de nommer les abus qui impliquent souvent des gens proches de nous. Avec nos partenaires à Laval, un travail est en cours pour développer et faire connaître aux aînés vulnérables les lieux où ils peuvent vérifier ce qui se passe et trouver de l'aide pour se faire respecter.

L'actualité nous dévoile des abus dans certains milieux de vie. Il y a un lien entre les conditions de vie et les risques d'abus. Le maintien d'une qualité de vie dans l'âge avancé passe par la qualité des services de maintien à domicile en tout premier lieu. C'est pourquoi le *comité Santé* de l'AQDR Laval recueille actuellement des informations sur les expériences vécues. N'hésitez pas à nous en faire part, qu'elles vous aient touché directement ou une personne de votre entourage. Appelez-nous à 450-978-0807.

Le tournant de 2011 apporte quelques changements dans notre association. D'abord, j'ai le plaisir de vous annoncer que nous avons une nouvelle coordonnatrice, Diane Richard, qui possède une longue expérience diversifiée en communications et questions sociales.

Également, nous avons confié à un service de l'AQDR nationale le traitement des cartes de membres, ce qui va dégager plus de temps pour notre mission. C'est pourquoi nous vous demandons d'appeler le 514-935-1551 poste 5 pour toute adhésion ou renouvellement ou changement à vos coordonnées.

Enfin, un numéro *Info activités* à 450-978-9808 est maintenant à votre disposition pour y écouter un message d'information sur les prochaines activités à l'horaire.

Et j'espère beaucoup vous rencontrer à notre Assemblée générale annuelle le 31 mai!

A handwritten signature in blue ink, which appears to read 'Anne Falcimaigne'. The signature is fluid and stylized, with a long horizontal stroke at the end.

Anne Falcimaigne

## **Avis de convocation à l'assemblée générale de l'AQDR Laval le mardi 31 mai 2011 à 13h30 à la Place des aînés à Laval**

### **À tous les membres de l'AQDR Laval**

Veillez prendre avis que l'Association Québécoise de Défense des droits des personnes Retraitées et préretraitées de Laval (AQDR Laval) tiendra son assemblée générale annuelle le **mardi 31 mai 2011** à Laval, à 13 h 30 à la Place des aînés, 435 boulevard Curé Labelle salle 209.

Chaque membre présent recevra un coupon de réduction de 10 \$ du coût de sa prochaine cotisation.

Il y a quatre (4) postes d'administrateurs à combler. Voici un extrait des règlements généraux sur la mise en candidature :

**9.10- Le membre actif désireux de se porter candidat comme administrateur doit signer une déclaration de candidature en la forme prescrite à l'annexe I du présent règlement portant la signature de deux membres actifs en règle et la remettre au siège social de l'AQDR Laval sept (7) jours francs avant la date de l'assemblée générale.**

Si vous êtes intéressé(e), appelez rapidement au **450-978-0807**.  
Veillez, s'il vous plaît, confirmer votre présence au même numéro.

**Cet avis est donné par ordre du conseil d'administration, à Laval, le 1er mars 2011.**

### ***ORDRE DU JOUR***

1. Ouverture de l'assemblée
2. Lecture de l'avis de convocation
3. Lecture et adoption de l'ordre du jour
4. Lecture et adoption du procès-verbal de l'assemblée générale du 1<sup>er</sup> juin 2010
5. Rapport d'activité des administrateurs
6. Présentation et adoption des états financiers 2010 / 2011
7. Présentation et adoption des prévisions budgétaires 2011/ 2012
8. Nomination du vérificateur pour l'exercice 2011 / 2012
9. Présentation des orientations pour 2011 / 2012
10. Nomination des officiers d'élection
11. Dépôt des mises en nomination et élection
12. Présentation du nouveau conseil d'administration
13. Clôture de l'assemblée

Evelyne Garceau  
Secrétaire au conseil d'administration

# Bientôt, une coopérative funéraire à Laval

Par Jean Robitaille

En novembre 2009, des représentants de groupes communautaires et des citoyens de Laval ont demandé à la Fédération des coopératives funéraires du Québec de les informer sur les démarches nécessaires à la mise sur pied d'un tel projet à Laval. Suite à leur demande, le 12 février 2010, le gouvernement du Québec a émis les statuts de constitution de la *Coopérative funéraire de Laval*.

La Fédération des coopératives funéraires du Québec regroupe 25 coopératives à travers le Québec. Une centaine de points de service desservent plus de 154 000 membres. La mission d'une coopérative funéraire est de doter une collectivité de services funéraires professionnels de haute qualité, qui répondent aux besoins de la personne et ce, à des prix abordables. L'entreprise est contrôlée par ses membres propriétaires réunis en assemblée générale et dirigée par un conseil d'administration élu par les membres.



Les coopératives funéraires répondent aux besoins des familles endeuillées mais cherchent également à amener une réflexion sur les rites entourant la mort et leur signification afin que chacun puisse préparer adéquatement cette dernière étape de vie sur terre. En 2008, le coût moyen des funérailles dans une coopérative était de 3 778 \$ tandis que l'ensemble des Québécois en dépensaient 5 449 \$. Les 7 942 utilisateurs d'une coopérative funéraire ont ainsi économisé en 2008 plus de 13 millions de dollars.

Le 14 juin dernier s'est tenue l'assemblée générale de la nouvelle organisation à laquelle ont participé plus de 150 personnes. Les membres ont alors adopté les règlements généraux et ont procédé à l'élection du 1er conseil d'administration, composé de Mmes Aline Chalifoux, Micheline Côté, Michelle Dubuc; et de MM. Jean Gilles Bédard, Fernand Berlinguette, Laurent Berthiaume, Claude Gendron et Jean Robitaille.

À la dernière réunion du comité d'implantation, le 23 février, la Coopérative comptait 554 membres en provenance de Laval et des environs (nord de Montréal et Basses-Laurentides). La Coopérative est actuellement à l'étape de recherche d'un site pour y installer son siège social.

Pour devenir membre, il suffit de déboursier 20 \$ pour l'achat de parts de qualification. Pour plus d'information sur les coopératives funéraires, n'hésitez pas à consulter le site de la Fédération au [www.fcfq.qc.ca](http://www.fcfq.qc.ca). Pour vous joindre à l'une des séances d'information ou recevoir le dépliant explicatif avec le formulaire d'adhésion ou pour en savoir davantage sur le projet, vous pouvez communiquer avec la Coopérative funéraire de Laval au 450-575-0805 ou par courriel à [coopfunerairelaval@hotmail.com](mailto:coopfunerairelaval@hotmail.com).

## Bénévoles recherchés !

L'AQDR Laval regroupe près de 4 500 membres. Outre nos déjeuners et conférences mensuels, plusieurs comités se penchent sur différents dossiers. Si vous avez du temps et voulez vous impliquer, il y a toujours de la place pour les gens actifs qui veulent collaborer avec nous.

Présentement, nous sommes à la recherche de personnes capables de nous aider à produire notre revue bi-annuelle, particulièrement pour faire la mise en page, ainsi que pour aider à tenir notre comptabilité. Également, plusieurs postes sont à combler au Conseil d'administration. Appelez-nous !

# Frais illégaux, Le regroupement des médecins demande à la RAMQ de sévir

Par Dre Marie-Claude Goulet  
Présidente MQRP

Alors que plusieurs cliniques médicales défient ouvertement la Loi sur l'assurance maladie en chargeant aux patients des frais formellement interdits par la loi, la RAMQ (régie de l'assurance maladie du Québec « se questionne ». Le regroupement des Médecins québécois pour le régime public (MQRP) lui demande d'exercer avec diligence les responsabilités que la loi lui confie pour arrêter les pratiques illégales qui se multiplient et, si les contrevenants n'y mettent pas fin, elle doit appliquer les sanctions prévues par la loi. Dans le cas des Centres médicaux spécialisés (CMS), le ministre de la Santé peut aller jusqu'à la suspension du permis.

La surfacturation sous diverses formes n'est pas un phénomène nouveau. MQRP, plusieurs juristes et organisations syndicales et populaires ont dénoncé la situation depuis 2006.

Mais, la pratique se diversifie et prend actuellement beaucoup d'ampleur, comme l'a illustré l'enquête récente de Radio-Canada à l'émission La Facture.

Notre système de santé repose sur le principe de l'accès aux soins en fonction des besoins et non de la capacité de payer. Les médecins sont libres d'adhérer ou non au régime public d'assurance maladie. S'ils sont participants à la RAMQ, ils sont rémunérés selon les ententes négociées par

leurs fédérations syndicales et ne peuvent rien demander en sus à leurs patients.



La loi est claire est à ce sujet. En effet, l'alinéa 9 de l'article 22 énonce qu' « Il est interdit à toute personne d'exiger ou de recevoir tout paiement d'une personne assurée pour un service, une fourniture ou des frais accessoires à un service assuré ». Les seules exceptions que prévoient les ententes entre les fédérations syndicales et le ministre de la Santé et des Services sociaux sont les frais pour médicaments et anesthésiants.

En résumé, si c'est médicalement nécessaire et si ce n'est pas un médicament ou un anesthésiant, alors tout supplément chargé au patient est illégal. Il n'y a pas d'autre interprétation possible.

Les pratiques illégales en développement sous des formes multiples sont nuisibles non seulement pour les patients, mais aussi pour la communauté médicale qui ne peut cautionner des gestes d'un petit nombre de ses membres qui entachent sa réputation.

La politique de l'autruche doit cesser. Le MQRP demande à la RAMQ et au ministre de la Santé d'intervenir rapidement.

## **IMPORTANT : les adhésions maintenant centralisées**

Depuis le début de la nouvelle année, toutes les opérations concernant le renouvellement ou les nouvelles adhésions ont été centralisées au bureau de l'AQDR nationale. Dorénavant pour toute information, composez le 514-935-1551, poste 5. Vous pouvez payer par chèque libellé à l'ordre de l'AQDR et le poster au 1620, avenue de La Salle, bureau 10, Montréal, QC, H1V 2J8.

La permanence au bureau de l'AQDR Laval continue de vous accueillir et répondre à vos questions. Nous sommes ouverts du lundi au jeudi de 9h à 12h et de 13h à 16h30 et le vendredi de 9h à 12h. Nous sommes situés au 1450, boul. Pie X, local 202, Laval, QC, H7V 3C1. 450-978-0807.

# La santé des aînés

## Des nouvelles du comité Santé de l'AQDR Laval

### Plus de ressources et de services de santé

L'équipe du comité Santé est à monter un dossier étoffé qui permettra de décider des actions à prendre pour obtenir plus de ressources et services afin de répondre aux besoins des aînés. Une rencontre a déjà eu lieu avec les responsables du module *Personnes en perte d'autonomie liée au vieillissement* au CSSS Laval.

### Il y a de l'espoir pour les aînés en perte d'autonomie

En novembre 2010, les membres du CA du CSSS Laval, ont adopté une résolution afin d'ajouter 80 places en ressources intermédiaires, pour les personnes en perte d'autonomie liée au vieillissement. Cette bonne nouvelle devrait permettre de donner des milieux de vie aux personnes qui attendent à l'hôpital, dans des lits de courte durée. Ces places s'ajoutent aux 40 nouvelles places créées, en 2010, dans le contexte de désengorgement de l'urgence.

*Par Nicole Goulet*

---

## Les soins de la vue les services auxquels vous avez droits

Selon la loi, pour les personnes de 65 ans et plus, le programme des services d'optométrie couvre : les examens complet, partiel et subséquent de la vision, l'étude extensive de la vision des couleurs, l'étude des champs visuels central et périphérique, l'adaptométrie (étude du passage du jour à la nuit sur l'activité rétinienne), l'étude de la mobilité oculaire et les examens spécifiques et subséquents de la vision sous-normale, d'anisétropie (inégalité de grandeur des images formées sur chacune des rétines pour un même objet) et des lentilles de contact. Par contre, les optométristes ou ophtalmologistes peuvent facturer certains frais pour remplir les documents exigés, par exemple pour votre permis de conduire.

---

## L'activité physique et la santé des aînés

Saviez-vous que 67 % des aînés qui s'adonnent à des activités physiques au moins trois fois par semaine sont en bonne santé par rapport à 36 % de ceux qui sont rarement actifs? L'activité physique améliore la santé mentale et le fonctionnement psychologique.

Malgré ces bienfaits inestimables, les aînés représentent le segment le moins actif de la population canadienne. Près des deux tiers d'entre eux ne font pas suffisamment d'exercice pour rester en santé ou améliorer leur santé. Chez les femmes, on constate une baisse marquée de l'activité physique après 65 ans alors que chez les hommes, la baisse apparaît après 75 ans.

Parmi les obstacles à la participation, on retrouve : la crainte de se blesser, la maladie, l'incapacité et la douleur, le manque d'énergie, de motivation, d'aptitude et de temps. Finalement, on ne doit pas oublier le climat : l'été, les niveaux élevés de smog par temps très chaud et l'hiver, le froid et la glace.

En conclusion, il vaut mieux se livrer à une activité physique modérée régulière, comme la marche lente ou le jardinage, que de ne rien faire du tout.

*Résumé par Régent Bernachez. Source : Agence de la santé publique du Canada [www.phac-aspc.gc.ca](http://www.phac-aspc.gc.ca)*

# Retraite : appuyons les

Par Martin Montoudis  
Comité Revenu et retraite

Statistique Canada nous apprend que depuis les deux dernières décennies l'écart entre les riches et les pauvres s'est creusé en matière de contribution à des REER et à des régimes de retraite privés. Cette tendance dramatique est due au chômage, à la précarité des emplois, aux mises à pieds, aux bas salaires, aux faillites et aux délocalisations des entreprises privées...

L'Association des comptables généraux accrédités du Canada (CGA-CANADA) sonne l'alarme en constatant «*qu'il y a des océans de dette pour les régimes de retraite privés*». L'organisme, précisait que 92% des régimes de retraite à prestations déterminées (RRPD) privés sont déficitaires ou insolvables et que les déficits de provisionnement ont explosé passant de 160 milliards en 2003 à 350 milliards en 2008 et ça continue.

Rappelons ici que la part des salariés et des patrons versée à une caisse de retraite est une rémunération différée qui est due aux salariés à leur retraite, «cela fait partie de leur salaire qu'ils mettent de côté pour leurs vieux jours».

Les ministres canadiens des Finances se réunissent constamment et ont lancé une étude sur le problème de l'insuffisance des revenus des Canadiens à leur retraite. **Les économistes et les banquiers ont commencé à admettre que la solution des REER qui existent depuis 57 ans était un échec total**, trop risqué, avec une faible protection et **sans aucune garantie de résultat pour les gens de vivre leurs dernières années dans la dignité après avoir consacré toute une vie au travail.**



Les États-Unis et le Canada sont parmi les pays riches où les revenus des retraités sont insuffisants. Il faut que ça change. Un sondage pancanadien d'avril 2010 du Congrès du travail du Canada (C.T.C.) confirme que 76% des répondants sont fortement favorables aux pensions gouvernementales. C'est dans une même proportion de 47,6% que les ménages, non syndiqués et syndiqués sont très favorables à une hausse de leurs cotisations au Régime de pension du Canada et la Régie des rentes du Québec, en échange de prestations de retraites bonifiées. Et ce sont paradoxalement les jeunes et les femmes qui sont favorables à augmenter leurs contributions à un seul et unique système de régime de retraite du gouvernement qu'ils trouvent plus sûr, moins risqué, efficace, contrôlable et surtout sécuritaire... le passé ayant servi de leçon.

## **De partout la mobilisation et les pressions s'amplifient**

Au Fédéral, comme dans toutes les provinces, les organisations syndicales et les associations de retraités font des représentations et déposent des centaines de mémoires pour demander un revenu décent à la retraite pour tous. Tout comme il y a 40 ans, lorsqu'il a fallu lutter pour avoir un système de soins de santé public, aujourd'hui, c'est pour le revenu de retraite qu'il faut agir et vite.

À travers le Canada et au Québec la mobilisation se poursuit depuis plus d'une décennie et plus particulièrement depuis la dernière crise financière de l'économie virtuelle des marchés boursiers qui a ruiné tant de monde dans l'économie réelle. Il faut prendre les moyens pour ne plus vivre un tel drame qui a gâché de nombreuses vies.

# réformes qui s'imposent!

## Dans cette campagne notre adhésion au changement s'impose

Soyons prévoyants et passons à l'action pour nos jeunes, nos aînés sans oublier les «sans pension ». Si nous avons à cœur la défense des personnes âgées présentes et celles qui vont nous suivre, il faut nous joindre à ce mouvement de changement moderne, progressiste et bon pour notre société.

## Passons à l'action maintenant, c'est une question de survie

Pour que nos jeunes qui sont de futurs retraités, pour nos aînés et sans oublier ceux qui n'ont pas de voix, nous n'avons pas le choix de participer publiquement et activement au débat et à la mobilisation générale qui interpellent notre société... ce qui est conforme à la mission première de l'AQDR.

### L'AQDR participe à cette campagne et appuie 3 revendications

#### Bonifier progressivement la rente du Régime de rentes du Québec (RRQ) en :

- doublant la rente du RRQ de 25 % à 50 % des revenus de travail;
- augmentant le revenu sur lequel on peut cotiser de 47 200 \$ à 62 500 \$ (comme la CSST et le RQAP);
- haussant l'exemption sur laquelle aucune cotisation n'est prélevée de 3 500\$ à 7 000\$ annuellement.

Selon le salaire moyen, cela permettrait de recevoir une rente de :

Salaire annuel moyen	Rente à 65 ans
23 600 \$	11 210 \$
35 400 \$	18 815 \$
47 200 \$	22 420 \$
62 500 \$ et plus	29 688 \$

Doubler la rente du RRQ coûte moins que le double de la cotisation !

#### Bonifier le Supplément de revenu garanti (SRG) en :

- haussant sur-le-champ d'au moins 15 % les barèmes du Supplément de revenu garanti (SRG) payé aux aînés les plus pauvres;
- rendant l'inscription au SRG automatique;
- payant la pleine rétroactivité aux aînés lésés par l'application du programme actuel.

#### Sécuriser les rentes des travailleurs en :

modifiant la législation applicable aux régimes de retraite et à la faillite d'entreprises pour assurer le versement des sommes dues aux régimes et, une fois ces mesures en place, envisager la création d'une assurance pour garantir la rente des travailleurs.

## Nous ne sommes pas seuls dans cette bataille.

Plusieurs groupes de la société civile du Québec font campagne avec la FTQ :

- Association démocratique des retraités (ADR)
- Confédération des organismes de personnes handicapées du Québec (COPHAN)
- Conseil d'intervention pour l'accès des femmes au travail (CIAFT)
- Fédération des associations de retraités du Québec (FARQ)
- Fédération des femmes du Québec (FFQ)
- Fédération des travailleurs et travailleuses du Québec (FTQ)
- Fédération étudiante collégiale du Québec (FECQ)
- Force Jeunesse
- Regroupement des syndicalistes à la retraite (RSR)
- Réseau FADOQ

Tableaux et revendications tirés du dépliant *Une retraite à l'abri des soucis* produit par la Fédération des travailleurs et travailleuses du Québec. Pour plus d'information, consultez le portail de la FTQ au [www.ftq.qc.ca](http://www.ftq.qc.ca)

# En direct du Parlement des sages à Québec

Par Laurent Giasson  
Administrateur AQDR Laval

Les 8, 9 et 10 septembre derniers, j'ai participé au Parlement des sages à Québec comme délégué de la région de Laval et j'en reviens enchanté.

J'ai ainsi participé à une simulation où il fallait faire accepter deux projets de loi importants pour l'AQDR et ses membres. J'ai trouvé que c'était vraiment une bonne démonstration du Conseil des ministres et des députés du Parlement des sages au Salon bleu de l'Assemblée nationale du Québec.

Le projet de loi n°1, soit la Loi sur le revenu complémentaire pour les personnes âgées à faible revenu et le projet de loi n°2 sur la protection des personnes âgées ou handicapées vulnérables ont été acceptés.

À ce Parlement des sages, j'ai présenté le texte suivant :

Monsieur le Président, chers collègues,

Je voudrais inviter la population à considérer les aînés comme une référence pour mieux s'orienter dans des décisions difficiles et ambivalentes. Les aînés qui acceptent leur milieu, leur expérience, leur environnement tout en améliorant leurs connaissances devraient être considérés comme les sages de notre société québécoise. Par exemple, les vieux Chinois sont considérés comme les sages de leur société depuis plus de 5 000 ans.

Ceux qui courent la mondialisation, l'Internet, la recherche de l'ailleurs infini, ne devraient plus être la mode à adopter à tout prix. Parmi les directions à l'AQDR dans les régions, il faudrait que *les plus vite âgés de 55 à 65 ans* ne veuillent pas tasser les plus vieux de 65 ans, plus rationnels et plus lents, pour prendre leur place.



Lors du Parlement des sages qui se déroulait dans le Salon Bleu de l'Assemblée nationale à Québec, le président de l'AQDR, Louis Plamondon a pris la parole devant les membres de l'association présents.

Pourquoi essayer de devancer celui qui se situe en avant de la file? Veut-il satisfaire son seul goût, créer des modes et mieux profiter d'elles? Il faudrait plutôt faire participer les membres dans des comités et des activités intéressantes.

Des régions de plus de 3 000 membres n'ont environ qu'une vingtaine de membres actifs et 60 présents aux conférences mensuelles, pourquoi ne pas chercher à encourager davantage la participation plutôt que la compétition?

# Ça bouge à l'AQDR Laval

## Un dîner de Noël dans le ton



Encore cette année, le dîner de Noël a été un franc succès et a réuni 122 convives. Tout ce beau monde s'est retrouvé au restaurant La Sirène le temps de déguster un bon repas, de s'amuser, de danser, et surtout de souligner dignement cette période de festivités entre amis.

Merci à tous ceux qui ont travaillé à faire de cet événement une réussite. Un merci tout particulier à Monique Tremblay, qui ne ménage pas ses efforts pour amasser les cadeaux tout au long de l'année et animer l'événement. Merci à tous les participants et à l'an prochain.

## Une conférence sur l'âgisme très populaire



La conférence du 10 janvier à la Place des aînés touchait un sujet sensible : *l'âgisme chez nos soignants dans nos établissements*. Un sujet qui a été abordé avec simplicité par la conférencière, Dre Marie-Jeanne Kergoat du Centre de recherche de l'Institut universitaire de gériatrie

de Montréal, qui a fait le portrait de la situation, expliqué qu'il y avait des solutions, solutions et apporté quelques exemples.

## L'âge et les modifications des mécanismes intellectuels : une conférence éclairante

Le 22 février, c'était au tour de Geneviève Ling qui détient une maîtrise en neuropsychologie de venir parler du fonctionnement de notre cerveau.



Dans un langage simple et imagé, Mme Ling a expliqué comment et pourquoi l'âge amène certaines modifications dans les mécanismes de la pensée et du raisonnement. Elle nous a également éclairés en répondant aux questions qui nous intriguent. Que sont les fonctions cognitives? Comment compenser les diminutions des capacités intellectuelles? Quand s'inquiéter? Comment donner un coup de pouce à sa mémoire?

## Des déjeuners animés et intéressants

Le 11 janvier, des participants intéressés ont pu échanger avec Lucie Godbout, conseillère à l'ACEF de l'Ile-Jésus, afin de peser les pour et les contre de *l'hypothèque inversée*.

Le 8 février, Martin Marceau, pharmacien, est venu parler du *bon usage des médicaments*. Même si Mère Nature a fait ce qu'il faut pour gâcher l'état de routes rendant les déplacements difficiles, les participants ont pu échanger, en toute simplicité avec cet orateur hors pair, qui est aussi connu comme invité à l'émission *Les docteurs* à Radio-Canada.

# Des nouvelles de nos partenaires

## Connaissez-vous la TROCALL ?

La *Table régionale des organismes communautaires autonomes en logement de Laval* (TROCALL) regroupe une quinzaine de partenaires de différents milieux (jeunes, immigrants, femmes, aînés, etc). À Laval, comme dans la plupart des autres villes du Québec, la majorité des personnes se retrouvant dans des logements insalubres sont généralement soit une femme, un jeune, une personne âgée ou un immigrant et l'impact des conditions de salubrité des logements sur la santé n'est plus à démontrer. Il est inconcevable que dans la troisième ville en importance au Québec, les personnes les plus démunies n'aient pas un toit convenable et soient à la merci de propriétaires délinquants.

Plusieurs reportages ont récemment fait état de nombreux logements insalubres à Laval. Le maire Vaillancourt serait ouvert à un code du logement mais attend le financement de Québec. À Québec, on dit que la responsabilité incombe aux municipalités et qu'il n'y pas de subventions particulières. C'est un dossier à suivre... Pour plus d'information, communiquez avec l'ACEF de l'Île Jésus au 450-662-9428.

*Résumé par Régent Bernachez.*

## Boomers recherchés !

*DIRA-Laval* qui Dénonce, Informe, Réfère et Accompagne les personnes âgées victimes de violences, d'abus, de négligence ou d'exploitation financière est à la recherche d'intervenants et d'animateurs bénévoles pour organiser des rencontres sur les abus et la violence envers les personnes âgées.

Vous vous avez du temps libre ? Vous aimez rendre service et avez de l'empathie à l'égard des aînés ? Vous êtes intéressés à partager votre savoir faire avec une équipe de bénévoles et d'employés qui ont bâti un service d'entraide devenu la référence provinciale dans la lutte contre les abus et la violence envers les aînés ? Joignez vous à DIRA-Laval et appelez 450-681-8813.

## La Place des aînés vous propose...

**Activités :** Bridge dirigé avec Christian Manouvrier le jeudi de 13h à 16h  
Bridge duplicata avec directeur le lundi de 19h à 22h  
Aussi les mardis, mercredis, jeudis, vendredis et dimanches de 13h à 16h  
4 \$ pour les membres ; 5 \$ pour les non-membres

### Préinscription Printemps 2011

*(pour les participants inscrits à la session hiver 2011)*

**Du lundi 7 mars au jeudi 17 mars 2011 seulement - au Service à la clientèle de Place des aînés**

Pour le renouvellement de votre carte de membre si elle expire avant le 11 avril 2011.

**Aucune inscription ne sera acceptée au Service à la clientèle entre les 18 et 27 mars 2011.**

### Inscription régulière - Printemps 2011

À compter du 28 mars 2011, au Service à la clientèle, aux heures d'ouverture :  
lundi et jeudi de 9h à 20h, mardi et mercredi de 9h à 16h, vendredi de 9h à 15h,  
samedi : fermé et dimanche, services réduits de 12h à 16h.

La session du printemps aura lieu du 11 avril au 17 juin.

**Pour plus d'information : Place des aînés de Laval 450-978-5555, poste 15**

# Vivre dans votre demeure devient lourd? Mais vous y êtes enracinés...

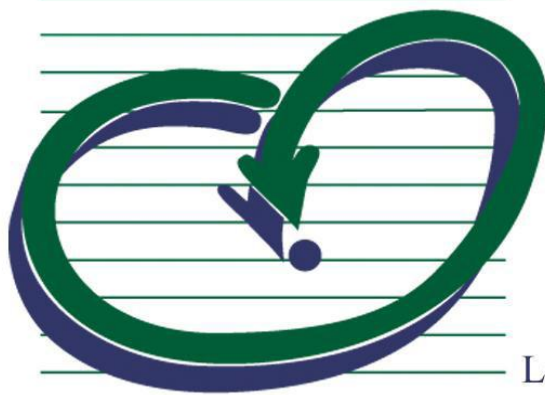


Continuez à profiter pleinement  
du confort de votre maison,  
grâce à nos services d'aide  
à domicile adaptés à vos besoins.

**Assistas, une résidence à votre domicile**



1 888-696-1023  
[www.assistas.ca](http://www.assistas.ca)



**CENTRE D'ASSISTANCE  
ET D'ACCOMPAGNEMENT**  
*aux plaintes*  
**LAVAL**

*15 ans déjà!*

## Plainte dans le réseau de la santé

Vous êtes insatisfaits des services  
recus ou que vous auriez dû recevoir?

### Faites le savoir!

Le CAAP - Laval est un organisme communautaire,  
indépendant du réseau, qui est mandaté pour vous  
assister et vous accompagner dans votre démarche  
de plainte à l'égard: d'un hôpital, d'un CLSC,  
d'une résidence pour personnes âgées, des  
services ambulanciers, de la DPJ, etc.

Services gratuits et confidentiels

Contactez-nous au : **(450) 662-6022**  
[www.caaplaval.com](http://www.caaplaval.com)

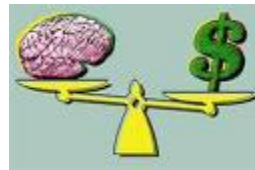
# Lu pour vous

## L'épargne-retraite à l'heure de la neuroéconomie

Chronique de Gérard Bérubé, *Actualités économiques*, *Le Devoir*, 31 juillet 2010.

Brève analyse, du comportement de l'homme face aux finances en comparant, notamment, le comportement des hommes par rapport à celui des femmes «...puisque cet être rationnel dans son analyse est plutôt irrationnel dans son comportement, la théorie économique essaie d'emprunter à la psychologie. Cela a donné naissance à la *neuroéconomie*, ou à l'économie comportementale. En finance, cette approche a donné des conclusions intéressantes... », poursuit l'auteur en apportant quelques exemples.

« Lorsqu'on ajoute l'émotivité au modèle, on perce l'univers de la neuroéconomie. Cette branche de recherche (...) retient plus d'attention depuis que le prix Nobel 2002 a été remis au psychologue Daniel Kahneman, qui tente de rapprocher l'économie et les neurosciences cognitives. Cette approche tente de mesurer, souvent par imagerie du cerveau, l'influence des facteurs cognitifs et émotionnels sur les prises de décision économique », cite Gérard Bérubé avant de conclure avec de nouveaux exemples.



## La santé qui fait du bien

Ariane Lacoursière, *La Presse*, 15 juillet 2010.

Alors que 1,5 million de Québécois n'ont pas de médecin de famille, qu'on réclame à grands cris de nouveaux effectifs, il faudrait peut-être essayer de trouver des solutions avec le personnel existant.

C'est ce que fait la D<sup>re</sup> Louise Lantagne en Beauce depuis 1986. Avec deux collègues, elle s'occupait alors de 8 000 patients. En 1997, l'un d'eux a dû abandonner sa pratique et l'autre est décédé en 2004. Elle a quand même trouvé le moyen de s'occuper seule de tout ces patients alors que la plupart des médecins en traitent en moyenne 1 500. Pour y arriver elle a décidé de travailler en étroite collaboration avec le pharmacien, Julien Sylvain. En confiant le suivi des patients atteints de maladies chroniques au pharmacien et à son équipe, elle a pu alléger sa tâche et conserver les 8 000 patients.

Tous deux voient dans cette collaboration de gros avantages. Par exemple, chez les patients qui prennent des anticoagulants, on obtient de meilleurs résultats parce que l'ajustement est plus rapide. Pour sa part, M. Sylvain croit que les pharmaciens sont sous-utilisés dans le réseau de la santé.

*Résumé par Régent Bernachez.*

## Une ferme sur le toit, sans pesticide, ni OGM

Mélissa Guillemette, *journaliste*, *le Devoir*, 5 novembre 2010.



Deux entrepreneurs Kurt D. Lynn et Mohamed Hage proposent une petite révolution dans l'industrie montréalaise du potager. Après avoir répertorié les plus grands toits plats des bâtiments industriels de Montréal, ils proposent d'y faire de la culture à longueur d'année.

Ensemble, ils veulent changer leur façon de se nourrir en créant leur propre ferme sans pesticide, ni OGM. Mais les terres cultivables sont rares. C'est pourquoi ils se sont tournés vers les toits d'immeubles commerciaux et ont aménagé la première serre commerciale sur un toit d'envergure dans le quartier Ahuntsic. Au total, ce projet pourrait nourrir 2 000 personnes à l'année. Pour le choix des cultures, ils ont fait appel à une équipe scientifique multidisciplinaire de l'Université McGill et privilégient les variétés les plus nourrissantes et les plus savoureuses.

*Si vous connaissez une telle initiative à Laval, faites en part à Thérèse Bernier à l'AQDR Laval.*

# URGEL BOURGIE

## Découvrez le programme Affinité d'Urgel Bourgie

Suite au partenariat établi entre Urgel Bourgie et votre association, vous êtes maintenant un membre désigné du programme Affinité. Cette entente a été conçue pour vous faire économiser et vous aider à avoir l'esprit tranquille. En tant que membre du programme Affinité, vous bénéficierez d'un éventail de services conçus spécialement pour vous et votre famille:

- Économisez 8 % sur le prix régulier, calculé au moment de l'achat, de tous nos biens et services achetés dans l'une de nos maisons funéraires;
- Économisez 10 % sur le prix régulier, calculé au moment de l'achat, de tous nos biens, services et emplacements achetés à l'un de nos cimetières;
- Sur demande, obtenez en tout temps de l'information personnalisée et gratuite sur tous nos services et produits funéraires et de cimetière ainsi que tous les prix s'y rattachant. Nous planifions une rencontre privée avec un de nos conseillers qualifiés.

#### **Siège social**

160, boulevard Graham, Ville Mont-Royal

#### **Montréal - Complexes funéraires**

2805, rue Allard, Ville-Émard  
6700, rue Beaubien Est, Montréal East  
1255, avenue Beaumont, Ville Mont-Royal  
745, boulevard Crémazie Est, Montréal  
16114, boulevard Gouin Ouest, Ste-Geneviève  
5775, rue Laurendeau, Montréal  
1750, avenue Notre-Dame, Lachine  
2630, rue Notre-Dame Ouest, Montréal  
4505, rue Notre-Dame Ouest, Saint-Henri  
3503, rue Papineau, Le Plateau  
816, boulevard Sainte-Croix, Ville Saint-Laurent  
1010, rue Shevchenko, Ville La Salle  
5551, rue Wellington, Verdun

#### **Parc Commémoratif de Montréal**

3955, chemin Côte-de-Liesse, Ville Saint-Laurent

#### **Laval - Complexes funéraires**

3517, boulevard Lévesque Ouest, Chomedey  
165-167, boulevard Sainte-Rose, Sainte-Rose

#### **Parc du Souvenir**

2500, avenue des Perron, Laval

#### **Rive-Sud - Complexes funéraires**

1559, boulevard de Montarville, Saint-Bruno  
1025, rue Saint-Laurent Ouest, Longueuil

#### **Jardins Laurentides de Saint-Hubert**

8145, chemin Chambly, Saint-Hubert

**514-735-2025**

**[www.urgelbourg.com](http://www.urgelbourg.com)**

## Nos événements du printemps 2011

### LES PETITS DÉJEUNERS

**Le 12 avril, Thérèse Potvin, Lumi-Vie :**  
*Le rôle des proches aidants*



Le calendrier des activités n'est pas finalisé.  
Nous avons retenu certains sujets, par exemple : le maintien à domicile,  
la santé du cœur, l'harmonie intérieure, etc.

Rendez-vous le deuxième mardi du mois à 8 h 30  
Au restaurant *Déjeuner Cosmopolitain*

3208, boulevard Saint-Martin Ouest à Laval

**À noter qu'à partir de septembre les déjeuners se transformeront  
en dîners causeries (informations à venir)**



### LES CONFÉRENCES

L'AQDR Laval et la Place des aînés présentent

**Le 29 mars, Céline Bernier, kinésiologue :**  
*Moi je choisis l'autonomie par l'activité physique !*

**Le 26 avril, Diane Boisselle, AQDR Trois-Rivières :**  
*Quand le jeu devient excessif*

Après la relâche estivale, les conférences reprendront le 27 septembre 2011  
**toujours le dernier mardi du mois à 13h30**  
**à la Place des aînés de Laval, 435 boul. Curé Labelle à Laval.**

Les places sont limitées, SVP réserver en appelant  
à l'AQDR Laval au 450-978-0807  
ou à la Place des aînés au 450-978-5555

Admission 2 \$ pour les membres et 5 \$ pour les non-membres.



À noter, les invités et les sujets des conférences et des petits déjeuners peuvent changer. Les activités et les sujets abordés sont annoncés par courriel, sur le site web, dans les médias ou sur la ligne Info activités au 450-978-9808. Vous pouvez aussi communiquer avec nous du lundi (9h à 12h et 13h à 16h30) au vendredi (9h à 12h) en composant le 450-978-0807.

