



## Budget : enfin on s'occupe des aînés !

Le budget 2019-2020 du Québec répond à plusieurs de nos demandes telles qu'on peut les lire dans le [Cahier des revendications](#) du mouvement AQDR.

Le gouvernement a annoncé 280 millions annuels supplémentaires pour les soins à domicile. Nous espérons que ce montant sera redistribué équitablement dans les régions qui sont sous-financées comme Laval et les Laurentides.

Également, une somme de 21 millions est dédiée aux proches aidants. Il est grand temps de leur apporter la reconnaissance méritée et l'appui nécessaire. Notamment, ils peuvent réclamer le crédit pour proche aidant même lorsqu'ils n'habitent pas avec l'aîné. Aussi le crédit pour relève bénévole est augmenté (c'est une mesure qui permet du répit au proche aidant). Mais il faut attendre la politique nationale sur les proches aidants afin d'évaluer l'ensemble des mesures en leur faveur.

Pour ce qui est des CHSLD, le gouvernement annonce un ajout de 900 lits afin de répondre aux besoins criants en hébergement pour les aînés. Mais ces 900 lits doivent être accompagnés de services, de préposés qualifiés, de ressources et d'équipements... Aussi, l'ajout de 2,5 milliards sur 5 ans pour rénover les infrastructures vétustes nous laisse espérer des améliorations dans le confort et la sécurité des personnes hébergées.

Par ailleurs, nous apprécions l'augmentation du crédit d'impôt pour les travailleurs d'expérience à faible revenu afin de les encourager à conserver leur emploi. La décision de Québec s'ajoute à l'augmentation de l'exemption des gains du Supplément de revenu garanti annoncée par Ottawa. Il est primordial de ne pas voir cette aide comme une solution permanente au manque de main-d'œuvre, mais bien comme un soutien apporté aux aînés désirant rester sur le marché du travail.

Par contre, en dépit de leur sous-financement chronique, il n'y a pas de nouvelles ressources pour de nombreux organismes communautaires, notamment ceux en défense collective des droits. Rappelons que de nombreux citoyens se tournent vers ces ressources communautaires afin d'obtenir de l'aide, ainsi que du soutien afin de faire respecter leurs droits.



# Les rendez-vous MADA

L'AQDR Laval-Laurentides a participé le 21 mars dernier, au rendez-vous annuel *Municipalité amie des aînés* (MADA) de la Ville de Laval. En effet, depuis février 2013, la Ville de Laval a obtenu la reconnaissance *Municipalité amie des aînés* (MADA). Dès lors, elle s'investit dans la mise en œuvre de son plan d'action MADA avec la complicité d'un comité de partenaires.

Cette initiative *Ville amie des aînés* (VADA) a pour but d'inciter les villes à mieux s'adapter aux besoins des aînés afin de leur permettre poursuivre leur contribution à leur vie familiale et communautaire en plus d'améliorer leur qualité de vie et allonger leur espérance de vie en bonne santé (concept du vieillissement actif).

À cette occasion, la Ville nous a présenté un nouveau portrait diagnostique des aînés de la région. Vous trouverez ce document fort intéressant [ici](#)

Nous avons également travaillé en atelier certaines orientations et objectifs que les participants ont jugés prioritaires :

- ◆ S'assurer que les aînés lavallois aient accès à une offre diversifiée de logement locatifs et abordables sur l'ensemble du territoire
- ◆ Améliorer la promotion de l'offre de services aux aînés et aux proches aidants
- ◆ Mobiliser la communauté afin de lutter contre l'isolement social et atténuer les risques de vulnérabilité.



**Les préarrangemoiquoi ?**

**Les préarrangements,  
ce n'est pas si compliqué.**

**Pour connaître la réponse :  
visitez [yveslegare.com/reponse](http://yveslegare.com/reponse)  
ouappelez un de nos conseillers.**

Fière partenaire de l'AQDR

## Offre exclusive

Pour les membres de l'AQDR, **10 % de rabais** sur nos biens et services à l'achat d'un contrat de préarrangements funéraires.\*

\* Offre applicable sur les biens et services à prix courant seulement.  
Ne peut être jumelée à aucune autre offre promotionnelle.

**514 595-1500 | 1 800 454-8767**  
[yveslegare.com](http://yveslegare.com) 



**YVES LÉGARÉ**  
Complexes funéraires

*Avec vous*™

COMPLEXES FUNÉRAIRES | MAUSOLÉES | CIMETIÈRES | COLUMBARIUMS  
Laval | Montréal | LaSalle | Anjou | Pierrefonds | Châteauguay | Verdun | Longueuil

# À votre agenda

## Nos conférences gratuites

**Mardi le 23 avril 2019**

### **Les directives médicales anticipées (DMA)**

Les directives médicales anticipées (DMA) consistent en un écrit par lequel une personne majeure et apte à exprimer sa volonté indique à l'avance les soins médicaux qu'elle accepte ou refuse de recevoir dans le cas où elle deviendrait inapte à consentir à des soins dans des situations cliniques précises. On expliquera comment obtenir et remplir le formulaire des directives médicales anticipées (DMA) élaboré par la Régie de l'assurance maladie du Québec. Il répondra également aux questions les plus fréquentes à ce sujet.



Maison du citoyen, 184 rue Saint-Eustache, Saint-Eustache

Information et réservation au Carrefour 50+: 450-472-9540

**Mardi le 30 avril 2019 13h30**

### **Conférence de l'Association coopérative d'économie familiale de Laval (ACEF Laval)**

Lors de cette conférence il sera notamment question de l'univers des télécommunications, des pratiques commerciales abusives et de commerce itinérant.

Mieux comprendre pour mieux se protéger.

Carrefour Axion 50 plus , 435 boulevard

Curé-Labelle, Laval, salle 209

Information et réservation 450-978-0807 ou 1-844-978-0807



**Mardi 28 mai 2019 13h30**

### **Assemblée générale annuelle de l'AQDR Laval-Laurentides**

Carrefour Axion 50 plus , 435 boulevard Curé-Labelle, Laval, salle 209

Information 450-978-0807 ou 1-844-978-0807



# Préparation de déclaration d'impôt pour personnes à faible revenu

## **Laurentides**

### **Saint-Jérôme**

#### *Centre d'action bénévole Saint-Jérôme*

Du 4 mars 2019 jusqu'au 30 avril 2019 (fermé le lundi 22 avril), des bénévoles seront disponibles pour vous aider à compléter vos déclarations de revenus fédérales et provinciales. Ce service gratuit est disponible pour les personnes à faible revenu et dont la situation fiscale est simple.

Pour une personne seule, le revenu ne doit pas dépasser 25 000 \$. Pour un couple, le revenu ne devrait pas dépasser 30 000 \$ plus 2 000\$ supplémentaire pour chaque personne à charge.

Pour information : 450 432-3200

## **Mirabel**

#### *Table de concertation communautaire mirabelloise*

Pour une personne seule, le revenu ne doit pas dépasser 25 000 \$. Pour un couple, le revenu ne devrait pas dépasser 30 000 \$ plus 2 000 \$ supplémentaire pour chaque personne à charge.

Pour information et inscription

#### [Inscription en ligne](#)

Par téléphone : 450-848-6059

## **Laval**

#### *Comité d'animation du troisième âge de Laval (CATAL)*

Le Carrefour d'information pour aînés de Laval (CIA), en collaboration avec le programme des bénévoles des gouvernements provincial et fédéral, offre le service de déclarations de revenus en février, mars et avril de chaque année. Le service de déclarations est gratuit. Il y a des frais de 5 \$ pour la version électronique. Le nombre de déclarations est limité selon la disponibilité des bénévoles.

Pour une personne seule, le revenu ne doit pas dépasser 25 000 \$. Pour un couple, le revenu ne devrait pas dépasser 30 000 \$

Le nombre de places étant limité, appelez pour prendre un rendez-vous, à partir du 5 février 2019.

Informations: 450 622-1228

#### *DIRA-Laval*

Appelez pour prendre rendez-vous

Informations : 450-681-8813



# Guide des mesures fiscales à l'intention des personnes handicapées

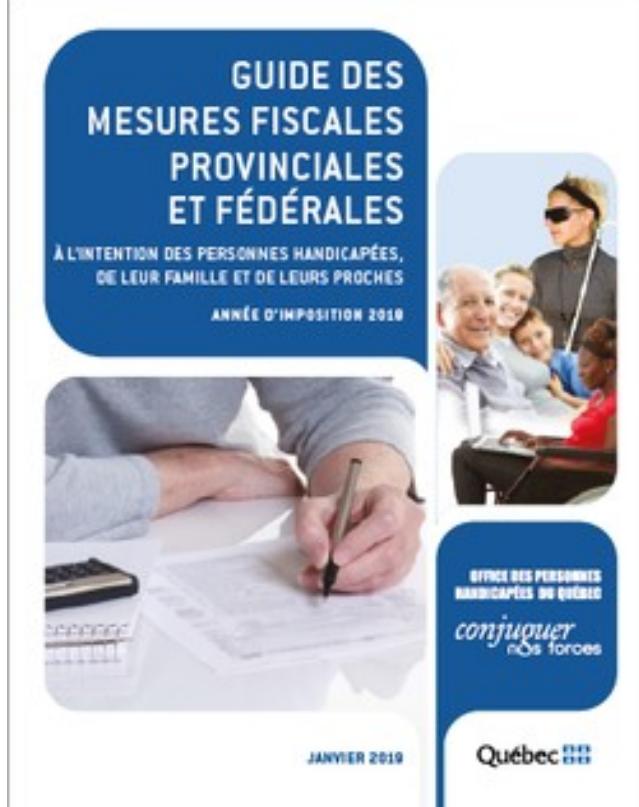
L'Office des personnes handicapées du Québec vient de publier la 9e édition du Guide sur les mesures fiscales provinciales et fédérales à l'intention des personnes handicapées, de leur famille et de leurs proches. Cette version mise à jour présente les nouveautés applicables pour l'année d'imposition 2018.

Ce guide contient de l'information utile et pertinente pour les aînés qui ont une ou des incapacités.

Il est divisé en deux parties, dont la première porte sur les mesures fiscales provinciales destinées aux personnes handicapées, à leur famille et à leurs proches; la deuxième, sur les mesures fiscales fédérales. Chaque mesure fait l'objet d'une fiche détaillée qui présente en quoi consiste la mesure, ses critères d'admissibilité ainsi que la façon dont les personnes admissibles peuvent en bénéficier.

Ce guide regroupe :

- ◆ les crédits d'impôt non remboursables;
- ◆ les crédits d'impôt remboursables;
- ◆ les déductions fiscales;
- ◆ les exemptions et remboursements de taxes;
- ◆ les autres mesures particulières pouvant s'appliquer.



Pour obtenir le guide cliquez [ici](#).

Les aînés apportent une contribution significative et précieuse à leur famille, à leur communauté et à la société. C'est la raison pour laquelle notre gouvernement a mis en place des mesures concrètes pour soutenir les aînés en augmentant le Supplément de revenu garanti, en rétablissant l'âge de la retraite à 65 ans et en bonifiant le Régime de pensions du Canada.



*Linda*  
LAPOINTE  
DÉPUTÉE • RIVIÈRE-DES-MILLE-ÎLES • MP



Ramez A YOUB  
DÉPUTÉ • THÉRÈSE-DE BLAINVILLE • MP



# Près d'un quart des Canadiens ont déjà cliqué sur un lien d'hameçonnage !

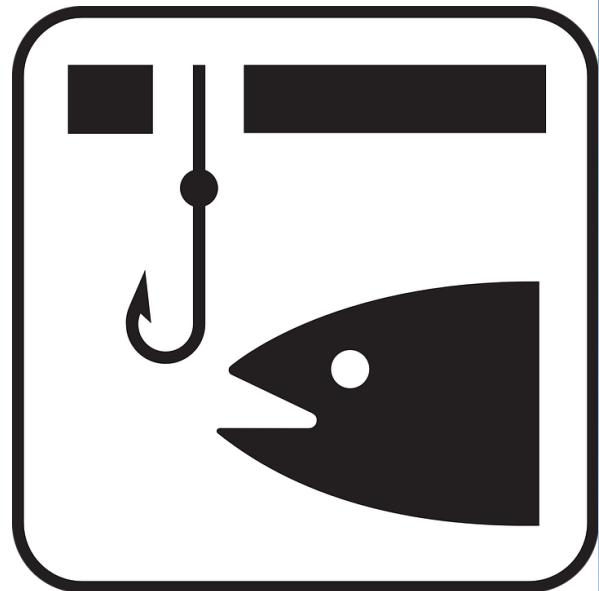
Selon un sondage Interac, près d'un Canadien sur quatre doute de ses capacités à détecter une tentative d'hameçonnage !

Il semblerait que les Canadiens sont perplexes par rapport à ce qui est sécuritaire ou non en ligne. C'est peut-être pour cette raison que la fraude en matière de paiements les inquiète grandement, même si une diminution de la fraude hors ligne est observée.

Les deux tiers des Canadiens disent avoir été tentés de cliquer sur un lien, mais qu'ils ignoraient si ce dernier était sécuritaire, et cette statistique s'applique à toutes les tranches de la population. Cette incertitude expose les Canadiens à des risques.

L'hameçonnage est une escroquerie où des fraudeurs tentent d'acquérir de l'information personnelle ou financière, comme des mots de passe ou des numéros de carte, en se faisant passer, par le biais de communications électroniques, pour une personne ou une entreprise digne de confiance. Il se fait habituellement par courriel ou message instantané, mais il arrive qu'il se fasse par téléphone.

N'hésitez pas à vérifier deux fois plutôt qu'une si vous êtes bien sur le site officiel de l'organisme avec qui vous voulez faire affaire ou à demander un délai au téléphone pour vérifier.



Serez-vous  
le prochain  
POISSON?



## Nos ateliers Fraude

Les personnes aînées sont LA cible de prédilection des fraudeurs qui font preuve d'une créativité accrue dans les nombreux pièges qu'ils leur tendent. C'est ainsi qu'en quatre ans, les vols d'identité au Québec ont connu une hausse de 1 285 % ! Et l'arnaque des grands-parents sévit sans cesse davantage dans les résidences pour personnes retraitées.

Mais ce n'est pas une fatalité ! Les personnes âgées peuvent se prémunir contre les pièges de fraudeurs et bien réagir en cas de problème. Il suffit qu'elles soient bien informées et qu'elles sachent faire appel aux ressources disponibles. L'atelier interactif gratuit *Serez-vous le prochain poisson ?* donne l'information utile et développe des réflexes adaptés aux dangers actuels.

Pour organiser un atelier *Serez-vous le prochain poisson ?*, réunissez un groupe d'au moins dix personnes et appelez l'AQDR Laval-Laurentides à 450 978-0807.

# Activités de nos partenaires

## Comité des usagers de Laval

### Démystifier les soins palliatifs et plus

Mardi 9 avril à 19h, Carrefour Axion 50+ de Laval situé au 435 Boulevard Curé-Labelle à Laval, salle 101D

Conférencières : Élisa Pucella, M.D. Médecin de famille en soins palliatifs et directrice à la Maison de soins palliatifs de Laval et Marie-Lou Paquette, B.Sc., infirmière clinicienne et coordonnatrice des soins infirmiers à la Maison des soins palliatifs de Laval

Réservation obligatoire car les places sont limitées

Inscription par courriel : [cucssslaval@outlook.com](mailto:cucssslaval@outlook.com) ou par

le site WEB : [www.cucssslaval.ca](http://www.cucssslaval.ca) Votre réservation vous sera confirmée par courriel

## Carrefour pour Aînés Semi-Autonomes (CASA)

### Conférence sexo-aînés

Vendredi 5 avril 2019 à 13h30 Carrefour Axion 50+ 435 Boulevard Curé-Labelle à Laval, salle 209

Conférencières: Émilie Buligan, Natalia David et Tanya Di Tommaso. Finissantes en sexologie

Plusieurs sujets seront abordés notamment : consentement, changements physiologiques, âgisme, diversité sexuelle

Réservation obligatoire au 450-937-2335

## Ateliers de l'Association lavalloise des personnes aidantes (ALPA)

Faciliter la collaboration auprès d'une personne vivant avec un trouble neurocognitif, par France Boisclair, coach certifié.

Les troubles neurocognitifs peuvent affecter la mémoire, le raisonnement, le jugement, le langage, la personnalité et le comportement, ainsi que les 5 sens, à cause de différentes atteintes au cerveau. Ces différents changements posent de nombreux défis aux proches et aux intervenants. Cette série de 5 ateliers a comme objectif de revoir la façon d'intervenir auprès d'une personne vivant avec un trouble neurocognitif. L'approche préconisée est la Positive Approach to care de Teepa Snow.

Les vendredis 15, 22, 29 mars, 5 et 12 avril de 9h00 à 11h30, aux bureaux de l'ALPA au 1850, boul. Le Corbusier, H7S 2K1. Cette formation est gratuite.

Inscription au 450-686-2572

Impliquez-vous dans votre communauté et faites la différence !



# Espace bénévole printemps 2019

**THÈME — *Le facteur bénévole: pour éléver les collectivités***

Venez découvrir les opportunités de bénévolat offertes par les organismes de votre communauté.

Lundi, 15 avril 2019

De 11h00 à 13h30

Au Quartier 50+

425, boul. Jean-Baptiste-Rolland Est, Saint-Jérôme



*Pour plus d'information, veuillez contacter la TRARA  
au (450) 275-5129 ou par courriel à [jebenevole.lau@gmail.com](mailto:jebenevole.lau@gmail.com)*

Événement réalisé en partenariat avec



# Conférence de la TRARA au Quartier 50+

## Activités de nos partenaires

### Comment vous assurer que vos médicaments vous aident vraiment ?

Conférence donnée par Camille Gagnon, pharmacienne clinicienne et directrice-adjointe du Réseau canadien pour la déprescription.

Les médicaments permettent de vivre plus longtemps et en meilleure santé. Les risques d'effets indésirables associés aux médicaments augmentent toutefois avec l'âge et peuvent parfois surpasser les bénéfices. La conférence porte sur les médicaments qui pourraient générer des effets indésirables de manière à vous permettre de discuter avec votre médecin s'il serait approprié de cesser ou de réduire la dose de l'un d'entre eux..

Mardi 9 avril de 14h à 16h

Quartier 50 +, 425 boul. Jean-Baptiste-Rolland Est, Saint-Jérôme

Gratuit - Réservations via le [www.quartier50.eventbrite.ca](http://www.quartier50.eventbrite.ca)

**VOUS VOULEZ FAIRE  
DU BÉNÉVOLAT ? À Laval  
OU**

**DANS LES LAURENTIDES ?**

**VENEZ NOUS VOIR !**

L'AQDR Laval-Laurentides est  
à la recherche constante de  
bénévoles pour appuyer  
son conseil d'administration

- membre du conseil d'administration
- recherche de commanditaires
- co-animation d'ateliers
- analyse de dossiers
- rédaction d'articles

Informez-vous à 450-978-0807  
ou 1-844-978-0807

## HORIZON 65+



**L'autobus, c'est gratuit!**

Lavallois de 65 ans ou plus, déplacez-vous sans frais  
sur notre réseau grâce au titre HORIZON 65+.



  [stlavalqc.ca](http://stlavalqc.ca)  
Centre contact clients : 450 688-6620

## ***Vos droits, parlons-en !***

Pour mieux comprendre les problèmes vécus par les personnes aînées et proposer des solutions concrètes, l'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) a entrepris une vaste consultation en 2017.

Cela a permis de définir 4 enjeux, 10 droits ainsi que des solutions et propositions qui ont été regroupés dans un Cahier des revendications.

L'atelier ***Vos droits, parlons-en !*** propose de susciter la discussion sur ces enjeux et inciter les ainés à connaître et faire respecter leurs droits. Afin de favoriser les échanges, il est préférable que les groupes ne dépassent pas 20 personnes. L'atelier est gratuit et dure environ 2h avec pause.

### Information et réservation:

Brigitte Tremblay  
450-978-0807 ou  
1-844-978-0807



**AQDR**

Laval-Laurentides

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE  
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES  
ET PRÉRETRAITÉES

# La revue de presse

Assurances pour les aînés de plus de 80 ans : La Table des aînés dans une impasse Journal Accès 12 février 2019

Fin des heures supplémentaires pour les préposés aux bénéficiaires dans les Laurentides Radio-Canada 8 mars 2019

Le controversé Institut de l'oeil des Laurentides acheté par le réseau public Radio-Canada 16 mars 2019

La chronique des 55 + Journal Accès 19 mars 2019

Un budget Morneau pour séduire de nouveau les jeunes et les aînés Radio-Canada 19 mars 2019

Aider les aînés à conserver plus de leurs payes et prestations Radio-Canada 19 mars 2019

Les aînés au centre d'un budget sans surprises à Québec Radio-Canada 21 mars 2019

Les aînés et les patients, les grands gagnants du premier budget de la CAQ Huffpost 21 mars 2019

Budget Girard: des mesures pour garder les 60 ans et plus au travail Le Soleil 22 mars 2019

Priorité aux aînés Le Devoir 22 mars 2019

Le budget de Marguerite Le journal de Montréal 22 mars 2019





**AQDR**

Laval-Laurentides

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE  
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES  
ET PRÉRETRAITÉES

1450, boulevard Pie X, bureau 202  
Laval, Québec H7V 3C1  
450-978-0807  
1-844-978-0807

**Coordination**

Brigitte Tremblay

**Rédaction**

Brigitte Tremblay  
Anne Falcimaigne

## Notre mission

L'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) a pour mission exclusive la défense collective des droits culturels, économiques, politiques et sociaux des personnes aînées.

L'AQDR est un regroupement d'hommes et de femmes de toutes les régions du Québec qui œuvrent à la défense collective de leurs droits. Il existe des sections à travers tout le Québec, qui regroupent près de 25 000 personnes aînées.



Suivez-nous sur [Facebook](#)  
et sur notre site [aqdrlaval.org](http://aqdrlaval.org)

## NOS PARTENAIRES

Travail, Emploi  
et Solidarité sociale  
**Québec**

 **LAVAL**

 **Axion**<sup>50<sub>plus</sub></sup>  
Carrefour socioculturel et sportif

**LaCapitale**   
Assurance et services financiers

 **IRIS**

 **BETONNEL**  
Le vrai magasin  
de peinture  
**Dulux**

 **YVES LÉGARÉ**  
Complexes funéraires

**liers**  **Tennis 13**  
**Fitness**

**GROUPE FORGET**   
AUDIOPROTHÉSISTES

**I'ALPA**

 **SECURIGLOBE**<sup>MC</sup>  
Cabinet de services financiers

**URGEL BOURGIE**  
**ATHOS** **Ateliers**