



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'aidé. 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 préarrangements, moi ?

Les préarrangements,
ce n'est pas si compliqué.

Pour connaître la réponse :
visitez yveslegare.com/reponse
ou appelez 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.



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



IMPORTANT

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

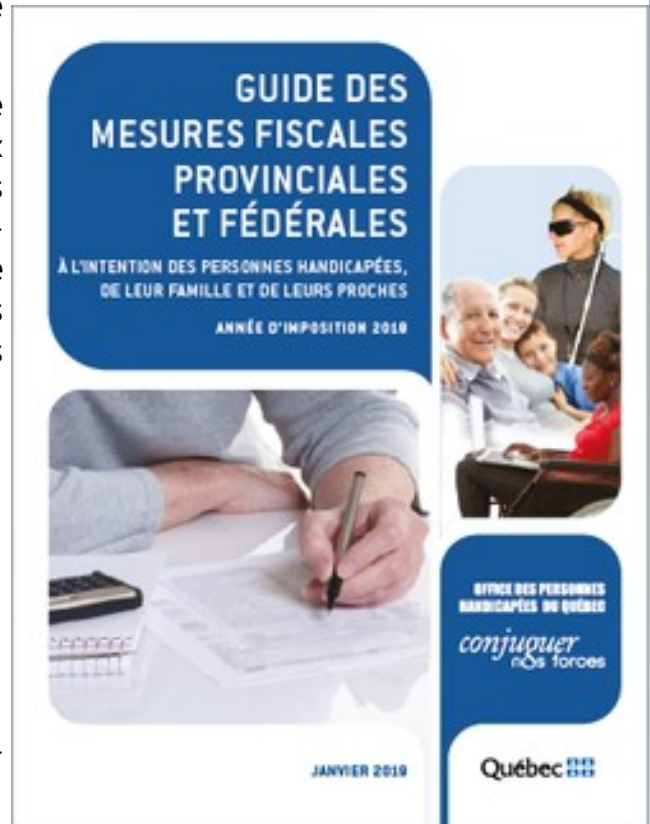
L'Office des personnes handicapées du Québec vient de publier la 9e édition du Guide sur les mesures fiscales provinciales et fédérales à l'intention des personnes handicapées, de leur famille et de leurs proches. Cette version mise à jour présente les nouveautés applicables pour l'année d'imposition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



450 420-5525 | linda.lapointe@parl.gc.ca
61, chemin de la Grande-Côte, Boisbriand (Québec) J7G 1C8

450 965-1188 | ramez.ayoub@parl.gc.ca
201, boul. Curé-Labelle, bur. 401, Sainte-Thérèse (Québec) J7E 2X6

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

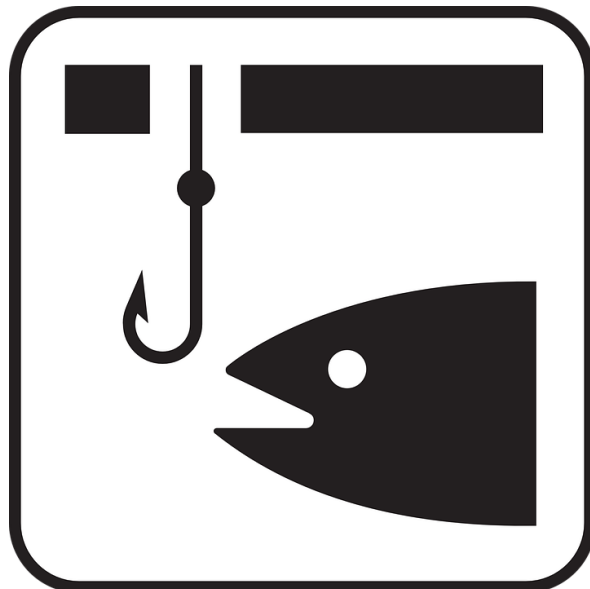
Selon un sondage Interac, près d'un Canadien sur quatre doute de ses capacités à détecter une tentative d'hameçonnage !

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 âgées 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 : Élisabeth 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 ou par

le site WEB : 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 !



TRARA
RÉSEAU DE RELATIONS
DE RETRAITÉS ET D'AÎNÉS
750, rue La Rivière, 2^e étage

Espace bénévole Printemps 2019

THÈME — *Le facteur bénévole: pour élever 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

ENTRÉE LIBRE

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

Événement réalisé en partenariat avec



Centre intégré
de santé
et de services sociaux
des Laurentides
Québec

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

**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+.



stl.lavalqc.ca
Centre contact clients: 450 688-6520

Vos droits, parlons-en !

Pour mieux comprendre les problèmes vécus par les personnes âgées 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 aînés 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

BIEN
VIVRE
POUR
MIEUX
VIEILLIR



Cahier des
revendications





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 âgées.

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 âgées.



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

NOS PARTENAIRES



YVES LÉGARÉ
Complexes funéraires

liens



Ate-
de



I'ALPA



Ateliers