

INFO



AQDR

LAVAL  
LAURENTIDES*Bulletin d'information d'avril 2021*

N° 80



*L'AQDR Laval-Laurentides a participé récemment à une concertation des organismes offrant du soutien à domicile à Laval.*

*Sous l'égide de la Table régionale de concertation des aînés de Laval, une bonne quarantaine de personnes ont mis leur expertise en commun pour proposer des pistes d'amélioration du soutien à domicile.*

*À Laval, 17 organismes communautaires offrent du soutien à domicile et 10 du répit. On prévoit qu'en 2036, environ 76 000 personnes âgées auront des incapacités qui nécessiteront de les soutenir pour la vie quotidienne à Laval. C'est plus que le nombre actuel d'aînés de plus de 65 ans dont une grande partie sont autonomes, soit 72 590.*

*Améliorer le soutien à domicile ? Certaines choses sont faisables localement.*

*On peut travailler la coordination des services entre les organismes, ainsi qu'avec le réseau santé et services sociaux. Voir aussi à la répartition et l'accès équitable de ces services selon le territoire (les deux extrémités de l'île n'ont pas le même panier de services que les quartiers plus centraux).*

*Le transport aussi est un enjeu majeur pour pouvoir rester à son domicile. Les trajets des autobus de Laval conçus pour les travailleurs ne répondent souvent pas aux besoins des aînés.*

*Cependant, malgré l'ouverture et le dynamisme des partenaires lavallois, des obstacles importants et communs à tout le Québec viennent entraver le maintien et le développement du soutien à domicile. La main-d'œuvre est de plus en plus difficile à trouver, surtout dans la crise actuelle où la revalorisation (indispensable) des conditions des préposées du réseau a littéralement vidé les listes de personnel des organismes.*

*On n'a peut-être aussi pas assez conscience qu'une partie des services repose sur le bénévolat. Une popote roulante a calculé que ses bénévoles lui font économiser jusqu'à 250 000 \$ par an ! Mais les bénévoles sont aussi de plus en plus difficiles à trouver et, par leur nature même, à retenir dans des tâches régulières et planifiées.*

*Tout ça ne se fera pas d'un coup de baguette magique! Ça prend une volonté politique claire, un plan d'ensemble et beaucoup d'argent. Pour en économiser encore bien plus à long terme !*

A.F.



# Pour vos droits



## Pétition - Mesures contre l'isolement vécu par les personnes âgées

Nous demandons au gouvernement du Québec de mettre en place, au plus vite, des mesures pour combattre l'isolement vécu par la population âgée dans les milieux de vie collectifs, en collaboration avec la Direction générale de la santé publique du Québec, afin de permettre aux résidents de ces milieux de retrouver leur santé physique et mentale dans un environnement qui brise l'isolement de manière sécuritaire.



À cet effet, nous vous invitons à prendre quelques minutes pour prendre connaissance du contenu de la pétition parrainée par Monique Sauvé, député de Fabre; cette pétition a été déposée sur le site de l'Assemblée Nationale du Québec. N'hésitez pas de la diffuser auprès de vos ami(e)s et de vos proches qui seraient intéressés à la signer afin de défendre vos droits.

Pour signer la pétition déposée sur le site de l'Assemblée nationale du Québec. [Cliquez ICI](#)

### **Vous devez le faire avant le 12 avril 2021.**

Votre appui à la pétition serait fort apprécié car qui d'entre nous, pendant cette pandémie, ne connaît pas un parent, un proche ou un ami aux prises avec les effets négatifs de l'isolement sur la santé mentale et physique?

Combien d'entre nous se sentent impuissants à intervenir pour aider des personnes âgées isolées dans leur résidence, CHSLD et RPA ?



**MONIQUE SAUVÉ**  
Députée de Fabre



### **ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC**

*Vice-présidente de la Commission  
des relations avec les citoyens  
Porte-parole de l'opposition officielle  
pour les aînés et les proches aidants*

**Bureau de circonscription**  
538, rue Principale  
Laval (Québec) H7X 1C8  
Tél. 450 689-5516 Téléc. 450 689-7842  
Monique.Sauve.FABR@assnat.qc.ca



**POUR TOUS LES CITOYENS  
LAVALLOIS EN QUÊTE  
D'UNE RESSOURCE  
COMMUNAUTAIRE  
ET D'ENTRAIDE.**

**UN NUMÉRO FACILE  
À RETENIR: 211  
UN SITE WEB CONVIVIAL  
ET BILINGUE: 211LAVAL.CA**

Service gratuit, 7 jours sur 7, de 8h à 18h.  
Répertoire de 300 organismes de Laval.

*Service multilingue également disponible*



# À votre agenda



## Conférence gratuite de l'AQDRLL *Vieillir en bonne santé mentale*

**Mardi 27 avril à 13h30**

Plusieurs personnes âgées présentent des symptômes d'anxiété ou de dépression qui détériorent leur qualité de vie. Savez-vous reconnaître ces symptômes? L'équipe du Dr Sébastien Grenier donne des conseils pour identifier, mieux comprendre, prévenir et s'occuper de ces difficultés qui peuvent avoir de lourdes conséquences sur le bien-être des personnes qui en souffrent et de leurs proches.

Sébastien Grenier est psychologue clinicien, chercheur boursier (FRQS) au Centre de recherche de l'Institut universitaire de gériatrie de Montréal et professeur agrégé sous octroi au département de psychologie de l'Université de Montréal.

Ses études visent à améliorer l'efficacité des thérapies psychologiques (sans médicaments) spécifiquement conçues pour soulager l'anxiété et la dépression chez les personnes âgées. Le Dr Grenier a pratiqué comme psychologue pendant une dizaine d'années en bureau privé avant de devenir professeur-chercheur.



**AvantÂge** iugm  
Institut universitaire de gériatrie de Montréal

**Mardi 27 avril 2021 13h30**

Cette visioconférence aura lieu sur la plateforme  
**ZOOM**

Information et réservation

☎ (450) 978-0807 ☎ 1 844 978-0807

Ou par courriel [aqdr.laval@aqdr.org](mailto:aqdr.laval@aqdr.org)



**AQDR**

Laval-Laurentides

Nous sommes disponibles pour vous initier à la plateforme Zoom, appelez-nous !



# À votre agenda



## Conférence web - Mes valeurs les plus significatives 13 avril 2021 14h à 15h30

Découvrez avec François Tanguy, secrétaire du conseil sectoriel Rivière-du-Nord, comment reconnaître une variété de valeurs dans sa famille d'origine, dans sa vie affective et familiale, dans sa vie professionnelle et dans sa vie de personne retraitée ou qui prendra un jour sa retraite. Et choisir les cinq valeurs les plus significatives pour soi pour bâtir sa confiance.

Pour information : 514 601-1935 - Pour vous inscrire, cliquez [ICI](#)  
Comment vous connecter à la conférence avec [Zoom](#)

Un rappel et un lien vous seront transmis quelques jours avant l'événement. L'utilisation de votre courriel personnel est obligatoire.

*En collaboration avec la TRARA, l'AREQ  
et le Comité des usagers de Saint-Jérôme - CISSS des Laurentides*



## Vidéo sur l'âgisme en psychiatrie - 8 avril 2021 13h30

Action Autonomie et son Comité sur le vieillissement et la santé mentale vous invitent au lancement de la vidéo : *Âgisme en psychiatrie, témoignages et propositions*. L'âgisme est bien présent dans le réseau québécois de la santé mentale. Les personnes vieillissantes y sont perçues comme non prioritaires et leurs plaintes, malaises et symptômes physiques ou émotionnels sont souvent considérés comme normaux en raison de leur âge. Une discussion suivra la présentation.

Cette visioconférence aura lieu sur la plateforme Zoom—[Lien Zoom](#) - Identification (ID) de la réunion : 723 530 3565 - Pas de mot de passe - La salle ouvrira dès 13h

Inscription obligatoire 514-525-5060 ou [lecollectif@actionautonomie.qc.ca](mailto:lecollectif@actionautonomie.qc.ca)



Député, Member of Parliament  
**YVES ROBILLARD**

Marc-Aurèle-Fortin

### BUREAU DE CIRCONSCRIPTION

2968, Boul. Dagenais Ouest, bur. 101  
Laval, QC H7P 1T1  
Tél.: 450-622-2992

[yves.robillard@parl.gc.ca](mailto:yves.robillard@parl.gc.ca)

[www.yvesrobillard.com](http://www.yvesrobillard.com)



CHAMBRE DES COMMUNES  
HOUSE OF COMMONS  
CANADA

tel-aînés

514 353 2463



LIGNE D'ÉCOUTE

**1888 LE DEUIL**

1 888 533-3845



# À votre agenda



## Conférence - Les modes alimentaires, notre santé et celle de la planète - 13 avril 19h à 21h

Que se passe-t-il quand, du jour au lendemain, tout le monde veut manger des craquelins à l'avocat, parce qu'une influenceuse Instagram a partagé une photo ? Quel impact peut avoir notre obsession soudaine pour certains « superaliments » sur la vie des populations locales et sur l'environnement? Comment l'industrie agroalimentaire doit-elle s'adapter et comment mise-t-elle sur ces tendances pour remplir les poches des actionnaires?

Cette conférence analyse l'impact sur notre santé et celle de la planète de certains aliments qui ont été l'objet de modes, comme l'avocat, le quinoa ou les amandes ou qui constituent une grande partie de notre alimentation depuis peu, comme le soya ou l'huile de palme.

Cette conférence sera disponible en ligne seulement sur la plateforme Zoom.

Elle sera diffusée en direct le mardi 13 avril 2021 de 19 h à 21 h. Le nombre maximum de places disponibles est de 100 personnes. Premier arrivé, premier servi, jusqu'à concurrence de 100 participants.

La vidéoconférence sera accessible à compter de 18 h 50.

Aucune réservation requise.

Pour accéder à cette vidéoconférence, veuillez cliquer sur le lien suivant :

[Lien pour la conférence](#)



**COMITÉ DES USAGERS**  
DU CENTRE DE SANTÉ ET  
DE SERVICES SOCIAUX DE LAVAL



**JR**

ASSEMBLÉE NATIONALE  
DU QUÉBEC

Place aux citoyens

Toujours là...  
**pour vous!**

**Jean Rousselle**  
Député de Vimont

Porte-parole de l'opposition officielle en matière  
de Sécurité publique  
Porte-parole de l'opposition officielle en matière d'Agriculture

**Ne restez pas indifférents  
à la maltraitance!**

**APPELEZ-nous!**  
**1 888 489-ABUS (2287)**  
[www.aideabusaines.ca](http://www.aideabusaines.ca)

Québec 

# Quoi de neuf ?

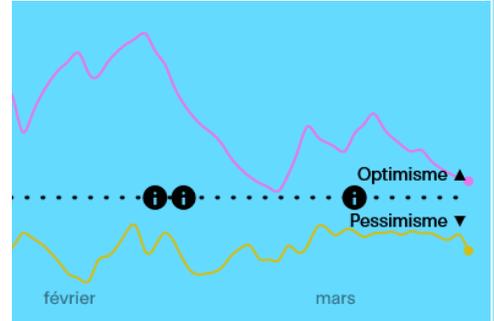
## COVID-19 : optimiste ou pessimiste?

Plutôt optimiste ? Carrément pessimiste ? Situez-vous par rapport à la société québécoise et suivez en continu l'évolution de l'humeur de l'opinion publique, des médias et des décideurs publics

Grâce au [Projet Quorum](#) de l'Université Laval, découvrez l'humeur de l'opinion publique québécoise au moyen de données exclusives récoltées en continu par notre application Web.

Joignez votre voix à celles des autres et donnez votre opinion sur la gestion de la crise de la COVID-19.

Répondre au [questionnaire](#).



## Aide à mourir: l'accès est élargi

Les Canadiens qui ne sont pas aux portes d'une mort « raisonnablement prévisible » ont dorénavant accès à l'aide médicale à mourir. La loi fédérale, finalement adoptée à la mi-mars, prévoit deux voies d'admissibilité à cette aide : l'une pour les personnes proches de la mort, l'autre imposant des critères plus restrictifs aux personnes qui n'en sont pas là.

Pour les personnes souffrant uniquement de problèmes de santé mentale, le gouvernement fédéral s'est engagé à mettre sur pied un comité d'experts ayant le mandat de lui faire des recommandations sur les protocoles et les balises de sécurité face à ces requêtes. Concernant les gens qui craignent de perdre leurs facultés cognitives et voudraient faire une demande anticipée d'aide médicale à mourir, un comité parlementaire sera créé d'ici 30 jours afin d'examiner l'affaire de plus près.

## Budget 2022 : soutien aux aînés à domicile



Bonnes nouvelles dans le discours du budget ! Québec bonifie le **crédit d'impôt remboursable pour le maintien à domicile** pour les aînés qui sont réellement à domicile, alors qu'actuellement, ce crédit aide plutôt ceux qui ont quitté leur domicile pour une résidence privée pour aînés (RPA). Ce crédit d'impôt pour les 70 ans et plus sera majoré de 1 % par année pendant cinq ans. Il passera ainsi de 35 à 40 %. Les dépenses ad-

missibles incluent notamment l'entretien ménager, le déneigement, les services liés aux repas et les soins infirmiers.

Ce crédit est une aide importante pour un grand nombre de personnes : pas moins de 45 % des retraités québécois ne vivent qu'avec 15 000 \$ par année.

Ceux qui habitent en logement peuvent inclure une partie de leur loyer (5 %) dans le calcul du crédit. Le maximum mensuel figé à 600 \$ depuis 2008 sera doublé, passant à 1 200 \$ dès le 1er janvier prochain. Ceux qui omettent d'en faire la demande recevront automatiquement un chèque.

# Vaccination COVID-19

## Comment prendre rendez-vous ?

La prise de rendez-vous pour la vaccination des groupes prioritaires est obligatoire jusqu'à présent. Voir la [liste](#) des groupes d'âge qui peuvent se faire vacciner contre la COVID-19, car cela varie d'une région à l'autre.

On prend rendez-vous en ligne sur le site web de [Clic Santé](#). En cas de difficultés, demandez de l'aide à vos proches, consultez cette [marche à suivre](#) ou téléphonez de 8h à 20h du lundi au vendredi ou de 8h30 à 16h30 samedi et dimanche à cette ligne sans frais : **1 877 644-4545**

**ATTENTION ! L'effet protecteur du vaccin prend plusieurs semaines avant d'être significatif et c'est seulement après la seconde dose qu'il atteindra son maximum.**

**Il ne faut donc pas relâcher les mesures de sécurité : deux mètres, masque, lavage des mains et aucun rassemblement. L'arrivée de variants doit nous rendre encore plus prudents.**

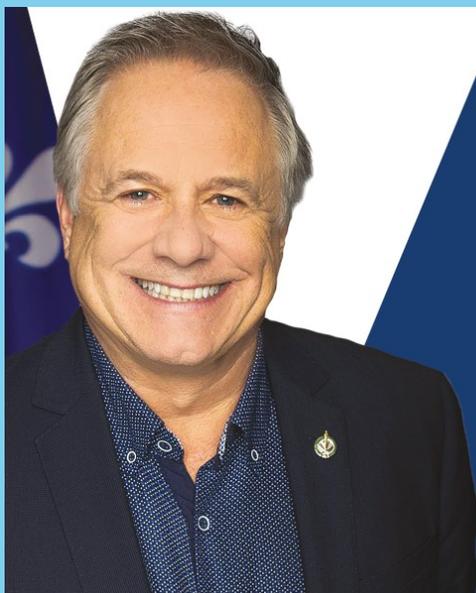


**AQDR**

Laval-Laurentides

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE  
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES  
ET PRÉRETRAITÉES

Visitez notre [site Internet](#) régulièrement pour connaître les détails des conférences et de tous les autres événements. Ou suivez notre [page Facebook](#). Cliquez sur J'aime et partagez en grand nombre !



**LUC DESILETS**  
Député de Rivière-des-Mille-Îles

✉ luc.desilets@parl.gc.ca

📍 45, rue Grignon  
Saint-Eustache (Québec) J7P 4X1  
450 623-3335

🌐 lucdesilets.quebec



@LucDesiletsBQ

**1 877 644-4545**

**Ligne d'information  
gouvernementale  
sur le coronavirus.**

Cliquez [ICI](#) si vous avez des questions générales sur la COVID-19. Si vous présentez des symptômes grippaux, appelez le 450 644-4545, 514 644-4545, ou 1 877 644-4545 (sans frais).

**Québec** 

# Vaccination COVID-19

## Besoin de transport ou d'accompagnement?

Vous ou votre proche êtes à mobilité réduite et vous avez besoin de transport et d'accompagnement pour vous rendre à un centre de vaccination de Laval ?

Des ressources sont disponibles pour vous aider, veuillez contacter l'organisme desservant votre secteur ou le 211 pour davantage d'informations.

Secteurs	Organismes	Téléphone
Personne aînée (services en plusieurs langues)	211 Grand Montréal	211
Saint-François / Saint-Vincent-de-Paul / Duvernay	Bonjour Aujourd'hui et Après	450 661-6716
Saint-François / Saint-Vincent-de-Paul / Duvernay	APARL	450-661-5252
Pont-Viau / Laval-des-Rapides	Centre d'entraide du Marigot Centre communautaire	450 668-5375
Pont-Viau / Laval-des-Rapides	Le Rendez-Vous des Aîné(e)s	450 667-8836
Chomedey	SCAMA	450 681-4240
Sainte-Dorothée / Laval-Ouest	Groupe d'entraide La Rosée	450 962-9971
Sainte-Dorothée / Laval-Ouest	Groupe d'entraide La Rosée	450 962-9971
Sainte-Dorothée / Laval-Ouest	Groupe d'entraide La Rosée	450 962-9971

Pour les résidents des autres secteurs de Laval et de la région des Laurentides, contacter le **211**.



**Guy Ouellette**  
Député de Chomedey  
M.N.A for Chomedey



**Bureau de circonscription / Riding Office**  
4599, boul. Samson, bureau 201  
Laval, Québec.  
H7W 2H2  
Tél. : 450-686-0166  
Télec.: 450-686-7153  
[Guy.Ouellette.CHOM@assnat.qc.ca](mailto:Guy.Ouellette.CHOM@assnat.qc.ca)



**POUR TOUS LES CITOYENS  
LAVALLOIS EN QUÊTE  
D'UNE RESSOURCE  
COMMUNAUTAIRE  
ET D'ENTRAIDE.**

UN NUMÉRO FACILE  
À RETENIR: **211**  
UN SITE WEB CONVIVAL  
ET BILINGUE: **211LAVAL.CA**

# Quoi de neuf ?

## Nouveau bottin maltraitance Laurentides

Vous croyez être victime de mauvais traitement ou d'intimidation ? Vous êtes témoin de situations où vous croyez qu'il y a de la maltraitance envers une personne âgée ?

Ce bottin s'adresse à la population des Laurentides souhaitant en connaître davantage sur la maltraitance et trouver les ressources qui posent des actions concrètes de lutte contre la maltraitance envers les personnes âgées.

Que vous soyez vous-même un aîné, un adulte en situation de vulnérabilité, un proche, un ami, un bénévole ou un intervenant, il vous permettra de mieux comprendre la problématique et d'être en mesure de faire appel aux différents services existants.

Consulter ce bottin [ICI](#)

Bottin de ressources de lutte à la maltraitance envers les personnes âgées



Région des Laurentides



La ligne

1-888-489-2287

**Aide Abus Aînés**



Marie-Hélène  
**Gaudreau**

Députée de Laurentides-Labelle

1 866 440-3091

MH.Gaudreau@parl.gc.ca



@MHGaudreauBQ

424, rue du Pont  
Mont-Laurier  
(Québec) J9L 2R7

124, rue Principale Est  
Sainte-Agathe-des-Monts  
(Québec) J8C 1K1

PLAINTÉ EN SANTÉ  
SERVICES GRATUITS



MES DROITS,  
J'Y VOIS!

**CAAP**  
LAVAL

CENTRE D'ASSISTANCE ET  
D'ACCOMPAGNEMENT AUX PLAINTES

(450) 662-6022  
WWW.CAAPLAVAL.COM

# Votre santé



## Quelques liens utiles pour rester en santé!

L'AQDR Laval-Laurentides vous propose quelques liens pratiques afin de garder une bonne forme physique et une alimentation saine durant la pandémie:

**MOVE 50 +** est une plateforme interactive regroupant une variété de capsules vidéos d'entraînement et d'articles d'informations santé spécialement conçus pour les besoins des 50 ans et +.

**Le GO pour bouger** est programme d'activité physique créé et adapté pour les aînés, afin de vous aider à rester en forme dans le confort de votre milieu de vie.

**La fondation AGES** propose des informations et des trucs pour maintenir une bonne santé psychologique et mentale en période de confinement.

**Le CIUSSS de l'Estrie-CHUS** a conçu une brochure qui contient des trucs et conseils pour manger sainement, maintenir une routine et demeurer actif durant la pandémie de la COVID-19.



**Déconfinement Virtuel pour aînés** vous suggère des ressources afin de vous aider à naviguer sur les plateformes virtuelles et à avoir accès à la multitude d'activités offertes pour soutenir votre famille en temps de crise.



**FRANCINE CHARBONNEAU**  
Députée de Mille-Îles



**ASSEMBLÉE NATIONALE  
DU QUÉBEC**

**Hôtel du Parlement** Bureau 2.121  
1045, rue des Parlementaires  
Québec (Québec) G1A 1A4

**Bureau de circonscription**  
3131, boul. de la Concorde Est, Bureau 303  
Laval (Québec) H7E 4W4  
TÉL. 450 661-3595 Téléc. 450 661-6093  
Francine.Charbonneau.MIIL@assnat.qc.ca  
francinecharbonneau.ca

**Une histoire  
au bout du fil!**

Ligne téléphonique culturelle



**450 680-2909**



## L'âgisme est un type de maltraitance

Depuis quelques années, la sensibilisation face à la maltraitance faite aux aînés est de plus en plus présente. La maltraitance peut prendre plusieurs formes. L'âgisme en est une. Voici une capsule qui vous permettra de mieux comprendre ce qu'est l'âgisme et comment lutter contre celui-ci.

### Qu'est-ce que l'âgisme?

L'âgisme regroupe toutes les formes de discrimination, de ségrégation, de mépris fondées sur l'âge. Il peut être fondé sur :

- Des préjugés (ex.: associer les personnes âgées aux maladies cognitives).
- Des pratiques discriminatoires (ex.: utiliser un langage infantilisant).
- Des politiques ou des pratiques institutionnelles (ex.: ne pas offrir des activités physiques sous prétexte que les résidents sont trop âgés, imposer le port de la culotte d'incontinence, etc.).
- Des croyances (ex.: croire qu'à partir d'un certain âge, il n'y a plus de désir sexuel).

L'âgisme est un comportement très répandu dans le monde, puisqu'il découle du principe que tous les membres d'un groupe sont identiques.

Selon l'*Organisation mondiale de la santé*, contrairement au sexisme ou au racisme, la discrimination fondée sur l'âge demeure une pratique socialement acceptable et tolérée.

### Les effets négatifs de l'âgisme

Cette forme de discrimination pourrait avoir de grandes répercussions négatives sur la santé des personnes âgées et sur leur développement. Par exemple, on note que l'âgisme peut augmenter :

- L'isolement social
- L'affaiblissement physique
- Le déclin cognitif
- le manque d'activité physique
- Le fardeau économique

### Comment lutter contre l'âgisme?

Pour lutter contre l'âgisme, il est nécessaire qu'il y ait une meilleure connaissance et compréhension du vieillissement, et cela par toutes les générations. La sensibilisation est donc un outil important. D'autres actions sont possibles telles que :

- L'amélioration des connaissances des médias et du grand public.
- L'adoption de lois contre la discrimination fondée sur l'âge.
- Veiller à une plus grande visibilité du vieillissement dans les médias, les émissions de télévision, etc.

Si vous désirez porter plainte pour des mauvais soins dans le réseau de la santé en raison de votre âge, contacter le CAAP Laval à 450 662-6022 ou [caaplaval@caaplaval.com](mailto:caaplaval@caaplaval.com)

Si vous êtes victime de discrimination: vous pouvez vous adresser à la Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse 1 800 361-6477 [information@cdpdj.qc.ca](mailto:information@cdpdj.qc.ca).

**VIVRE LE  
VIEILLISSEMENT DE  
MANIÈRE POSITIVE  
POURRAIT  
AUGMENTER  
L'ESPÉRANCE DE  
VIE DE 7.5 ANS!**

# Quoi de neuf ?

## Websérie documentaire *L'industrie de la vieille\$\$e*

Il est fort probable que le quart de la population du Québec sera âgée de 65 ans et plus en 2031. Notre province est-elle préparée pour faire face à cette réalité qui arrivera bien assez vite ? Le cinéaste Denys Desjardins s'interroge sur le sort réservé aux aînés dans son documentaire *L'industrie de la vieille\$\$e* qui est maintenant en ligne sur le site de [tou.tv](http://tou.tv).



Ce projet documenté a pris naissance avec la détresse du réalisateur lors de la transition forcée de sa mère d'une résidence pour aînés à un CHSLD. Elle est malheureusement décédée après 17 mois d'hébergement dans un CHSLD.

C'est à travers 11 épisodes que le réalisateur aborde des sujets importants, comme la retraite à 65 ans, le modèle des résidences privées pour aînés qui encourage selon lui la « ghettoïsation » des personnes âgées, le sous

-financement des soins à domicile, la pénurie de main-d'œuvre, le manque de valorisation des métiers de soin, etc. Il fait alors appel à des travailleurs de la santé, un conseiller en hébergement et le président du Regroupement québécois des résidences pour aînés pour mettre en lumière les rouages du système.

Pour donner une idée du sort que réserve 2031 aux aînés, le cinéaste invite le public à se projeter via un [site interactif](#) similaire à celui de Clic Santé pour obtenir des services de santé.

Source: *La Presse+*



**Sandra EL-HELOU**  
Conseillère municipale  
de Souvenir-Labelle  
Responsable du dossier Aînés

**Comme élue responsable du dossier Aînés,**  
*il me fait toujours plaisir de vous aider, chers partenaires, pour toutes questions et besoins en lien avec les Aînés à la Ville de Laval*

 [s.el-helou@laval.ca](mailto:s.el-helou@laval.ca)  
514 702.2225

 /SandraElHelouML



tel-aînés  
514 353 2463



LIGNE D'ÉCOUTE  
**1888 LE DEUIL**  
1 888 533-3845



# Revue de presse



**Les gens isolés sont des cibles faciles à atteindre**, Journal de Montréal, 7 mars 2021

**De meilleurs soins dentaires pour nos aînés**, TVA nouvelles, 8 mars 2021

**Le vaccin contre la solitude**, La Presse, 13 mars 2021

**Vivre en intergénération grâce aux soins à domicile**, Journal Accès, 16 mars 2021

**Québec doit serrer la vis**, La Presse, 16 mars 2021

**L'accès à l'aide médicale à mourir est élargi**, La Presse, 17 mars 2021

**La force de vos droits réside dans la force du groupe, celui des 25 000 collaborateurs de l'AQDR**, Cité Boomers, 23 mars 2021

**AstraZeneca : Santé Canada publie une liste de signes et de symptômes à surveiller**, Radio-Canada, 24 mars 2021

**Résidences privées pour aînés: remboursement exigé**, Courrier Laval, 22 mars 2021

**Des états généraux sur les conditions de vie des aînés réclamés**, La Presse, 22 mars 2021

**Une 2<sup>e</sup> vague aussi difficile que la 1<sup>ère</sup> dans les centres de soins de longue durée**, Radio-Canada 30 mars 2021



Les préarrangements, pourquoi ?

Les préarrangements,  
ce n'est pas si compliqué.

Pour connaître la réponse :  
visitez [yveslegare.com/reponse](https://yveslegare.com/reponse)  
ou appelez un de nos conseillers.

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

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



# AQDR

Laval-Laurentides

Bureau à Laval :

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

Bureau à Saint-Jérôme :

227, rue Georges-Thurston,  
St-Jérôme QC J7Z 4Y4

**Coordination**  
Brigitte Tremblay

**Rédaction et mise en page**  
Brigitte Tremblay  
Anne Falcimaigne  
Carolane Ladouceur

## 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. Notre section Laval Laurentides compte déjà avec 3 500 membres.

Nos droits, apprenons à les connaître, à les défendre!

Suivez-nous sur [Facebook](#)

et sur notre site [aqdr.laval.org](http://aqdr.laval.org)



## Nos partenaires

