

INFO



AQDR

LAVAL
LAURENTIDES*Bulletin d'information de juin 2021*

N° 82



À l'approche de l'été et du déconfinement en plein air, revisitons cette très longue année en se concentrant sur nos avancées

en tant qu'aîné-e-s. Nos conquêtes, nos prises de conscience, autant personnelles que collectives.

Toute la société a pris conscience de la vulnérabilité des aînés, particulièrement ceux et celles du 4^e âge (80 ans et plus), et compris que la façon dont on s'en occupait ne les protégeait ni des virus, ni des abus, ni de la solitude, ni de l'abandon.

En RPA, les moins âgés, moins vulnérables, ont aussi vu leur fragilité lorsque certaines résidences sont devenues des prisons. Au moins ont-ils maintenant un droit de recours collectif au Tribunal du logement.

La question reste entière mais elle est sur la table. Les réflexions ont commencé. Du côté des aînés en tout cas.

Nous avons aussi vu notre capacité d'adaptation. Bravo à nos membres que nous avons vus s'organiser, s'informer, se mettre à la visioconférence, s'engager aussi comme bénévoles. Bravo et merci.

Beaucoup d'aînés ont fait comme eux. Ils ont gardé des contacts à distance, ils ont suivi des cours en ligne, ils ont gardé des habitudes de vie saines.

Par contre, certains se sont retrouvés isolés, sans internet, sans réseau social. On sait la difficulté de les joindre à leur domicile, surtout en temps de pandémie. Il y en a sûrement qui n'ont pas eu leur première dose. Grande faiblesse de notre réseau public.

Les organismes ont poursuivi leur travail, tenant le fort en composant avec les mesures de santé publique et en faisant face à des besoins grandissants. Grande force de notre réseau communautaire.

Du côté des revenus, quelques gains : deux allocations ponctuelles du Québec, et surtout, une augmentation, réclamée depuis longtemps, de la Pension de sécurité de la vieillesse fédérale. Mais seulement après 75 ans ! Encore une iniquité arbitraire qu'il faudra se battre pour faire corriger... La pauvreté à la retraite n'a pas d'âge.

La vaccination des aînés va bon train. Il reste ceux à domicile. Souhaitons que la 2^e dose soit devancée pour nous aider à retrouver un semblant de vie normale.

Bon été ! Et surtout prudence !



À votre agenda



Assemblée générale de l'AQDRLL 8 juin 2021 - 13h30

L'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées de Laval-Laurentides (AQDRLL) tiendra son assemblée générale annuelle (AGA) **mardi 8 juin, à 13h 30** via l'application de visioconférence Zoom puisque nous ne pouvons pas nous rencontrer en personne à cause de la pandémie de COVID-19.

Nous espérons d'ailleurs ainsi que nos membres des villes plus éloignées pourront participer davantage puisqu'ils n'auront pas à se déplacer à Laval.

Vous devrez être membre en règle pour y participer. Vous recevrez alors un lien qui vous permettra d'accéder à l'AGA.

Pour vous inscrire, contactez-nous par courriel: aqdr.laval@aqdr.org ou au **450 978-0807**.

Plusieurs d'entre vous auront déjà utilisé Zoom, mais n'hésitez pas à communiquer avec nous au préalable si vous avez des questions concernant l'application.

Vous trouverez, [ici](#), un article vous expliquant comment installer et utiliser Zoom.



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

www.yvesrobillard.com



tel-aînés

514 353 2463

LIGNE D'ÉCOUTE

1888 LE DEUIL

1 888 533-3845



À votre agenda



La santé mentale chez les aînés - 17 juin à 14h

AvantÂge présentera une conférence qui porte sur la santé mentale chez les aînés durant la pandémie. Cet événement se tiendra **le jeudi 17 juin à 14h00**. Animé par Dr Jean-Philippe Gouin et Dr Sébastien Grenier qui partageront leur expertise. On examinera les changements au niveau de la détresse psychologique, de la satisfaction avec la vie, de l'activité physique ainsi que du sommeil au cours de la pandémie.



Pour participer à cette conférence gratuite, allez sur le site internet **d'AvantÂge** pour avoir accès au lien. Cliquer **ICI** pour en savoir davantage sur cette présentation.

C'est normal à votre âge ? 8 juin - 19h à 21h

Cette conférence sera animée par le physiothérapeute Denis Fortin qui donnera des arguments musclés pour reprendre sa santé en main.



Elle sera diffusée en direct le **mardi 8 juin 2021 de 19 h à 21 h**. Le nombre maximum de places disponibles est de 100 personnes. La vidéoconférence sera accessible à compter de 18 h 50. Aucune réservation requise. Pour accéder à cette vidéoconférence sur la plateforme Zoom, cliquez **ici**!



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



Vous souhaitez obtenir des conseils?

Vous avez besoin d'aide à domicile?

Vous voulez rencontrer un intervenant du CLSC?

- Anxiété
- Dépression
- Problèmes conjugaux
- Comportement de mon enfant
- Problème de consommation
- Abus des proches
- Etc.

Service Info-Social Laurentides

8 1 1 Un seul numéro à composer

Une équipe disponible au bout du fil 24 h par jour, 7 jours sur 7, pour vous écouter, vous orienter et vous permettre d'obtenir un rendez-vous avec un intervenant selon l'évaluation de vos besoins.

Centre intégré de santé et de services sociaux des Laurentides

Québec



À votre agenda

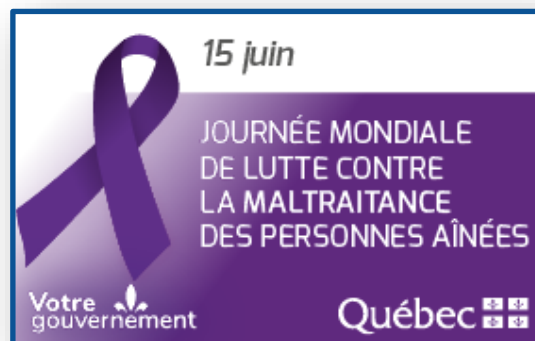


Journée mondiale de lutte contre la maltraitance des aînés

Mardi 15 juin: deux activités à Laval

Une marche virtuelle

La population lavalloise est invitée à souligner la *Journée mondiale de lutte contre la maltraitance des personnes âgées* en faisant une marche de 2 à 4 km, seul-e ou en bulle familiale, au lieu de votre choix. Et, si on le souhaite, à prendre une photo de vous, seul-e ou avec votre groupe, et à la publier sur la page Facebook de la Table régionale de concertation des aînés de Laval (TRCAL). Pour vous inscrire à cet événement, cliquez sur ce [lien d'Eventbrite](#).



Une conférence *L'âgisme et la maltraitance: un même combat*

Une conférence virtuelle ayant pour titre *L'âgisme et la maltraitance: un même combat* est prévue **le 15 juin à 13h** avec Marie Beaulieu, professeure à l'École de travail social de l'Université de Sherbrooke et titulaire de la Chaire de recherche sur la maltraitance envers les personnes âgées.

Ces événements sont des initiatives du *Comité de concertation contre la maltraitance liée au vieillissement à Laval*, qui regroupe, entre autres, la Table régionale de concertation des aînés de Laval, la FADOQ - Région de Laval, DIRA-Laval, l'AQDR Laval-Laurentides et le CISSS de Laval.

Inscription nécessaire. Pour s'inscrire, cliquez sur ce [lien Eventbrite](#) ou contactez le 450 681-8813, poste 101.



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

Ne restez pas indifférents
à la maltraitance!

APPELEZ-nous!

1 888 489-ABUS (2287)

www.aideabusaines.ca

Québec

Quoi de neuf ?

Des histoires qui résonnent — Le balado des proches aidants par Marina Orsini



Marina Orsini est à la barre d'un tout nouveau podcast qui traite sur la proche aidance, en collaboration avec L'Appui pour les proches aidants. Chaque semaine, différentes thématiques seront abordées par des proches aidants et des experts du milieu qui partageront leur vécu, leur histoire, leur relation avec la personne aidée, etc.

Consultez le [site web](#) de ce balado pour découvrir les podcasts ou bien si vous prenez soin d'un être cher, n'hésitez pas à témoigner votre parcours.

Attention à l'hameçonnage numérique!

Le Centre du Vieux Moulin de LaSalle propose une capsule vidéo traitant sur l'hameçonnage, une technique de fraude en ligne de plus en plus utilisée, surtout auprès des personnes âgées. Il est important de rester sur vos gardes lorsque vous recevez des courriels où il y a un lien qu'on vous invite à cliquer. Visionnez cette capsule [vidéo](#) afin de vous protéger.



CONNAISSEZ-VOUS LA SUBVENTION POUR MAINTIEN À DOMICILE ?



Vous êtes âgés de 65 ans ou plus? Vous pouvez recevoir une aide financière de 150 \$ pour le maintien à domicile. Si vous bénéficiez du supplément de revenu garanti versé par le gouvernement du Canada, ce montant pourrait atteindre 300 \$.

Un 150 \$ est remis par logement, unité d'habitation, chambre conforme ou logement intergénérationnel occupé par au moins une personne âgée de 65 ans ou plus.

Nouvelle information importante :

Vous avez maintenant jusqu'au **31 août 2021** pour déposer votre formulaire de demande de subvention !

AUTRES POLITIQUES MUNICIPALITÉ AMIE DES ÂÎNÉS

En 2014, la Ville de Laval a reçu son accréditation *Municipalité amie des aînés* (MADA). Notre municipalité est de celles qui adaptent leurs structures et leurs services aux besoins des personnes âgées pour contrer les discriminations qu'elles subissent.

Nous avons aussi mis en place :

- la gratuité des services de la Société de transport de Laval (STL) pour les Lavallois de plus de 65 ans grâce au titre HORIZON 65+ ;
- la gratuité des permis pour les chats et les chiens pour les personnes âgées ;
- la planification d'un réseau de sentiers adaptés aux personnes à mobilité réduite ;
- et encore plus de programmes, petits ou grands, tous visibles sur le www.aines.laval.ca



Pour plus d'information

🌐 www.aines.laval.ca

☎ 311 Pour tous commentaires, questions et requêtes

Service des finances

☎ 450 978-5700 ✉ taxation65ans@laval.ca

**Sandra
EL-HELOU**

**Conseillère municipale
de Souvenir-Labelle**
Responsable du dossier des aînés

Quoi de neuf ?

Des outils et des capsules sur la proche aidance

L'Antr'Aidant a créé un espace sur leur site web où vous trouverez du contenu sur différents sujets concernant la proche aidance. Les intervenantes de cet organisme des Laurentides animent des vidéos sur des thèmes variés. Chaque vidéo contient un visuel informatif afin de résumer sa matière.



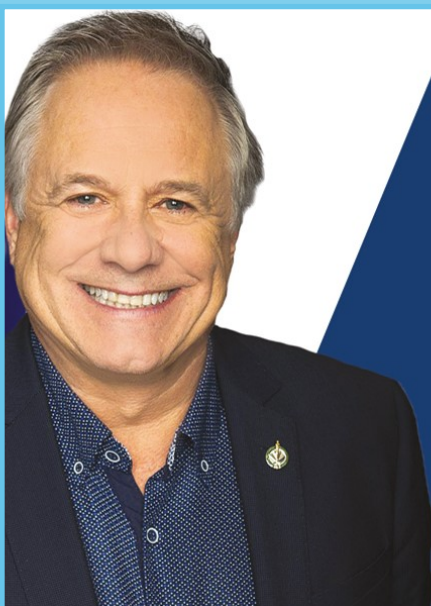
L'Antr'Aidant a pour mission de contribuer à l'amélioration des conditions de vie des personnes proches aidantes d'adultes et d'aînés de tout le territoire des Laurentides. Pour accéder à leur contenu, cliquez [ici](#) !

Bénévoles pour accompagnement par téléphone

Les Petits Frères recherchent des bénévoles pour , pour son programme d'accompagnement téléphonique *Au bout du fil* créé en contexte de pandémie. Cette ligne d'écoute permet de briser l'isolement des aînés. Notez que ce service est disponible partout au Québec.



Pour devenir bénévole ou pour bénéficier de ce service, c'est par [ici](#)!



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



**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**

Quoi de neuf ?

Construction de plusieurs maisons des aînés à Laval et dans les Laurentides

Depuis la fin du mois d'avril, les travaux ont commencé à Chomedey à Laval et dans les villes de Sainte-Agathe-des-Monts, Mirabel, Blainville, Prévost et Sainte-Anne-des-Plaines dans la région des Laurentides. Ces projets en cours seront d'une durée approximative de 14 mois et se termineront vers l'été 2022.

Cet **article de l'Écho de Laval** explique les visées de la ministre des Aînés et des Proches aidants pour qui ce type d'hébergement ressemblera davantage à un domicile et privilégiera les relations humaines entre le personnel de la santé et les résidents.



Plusieurs intervenants, dont l'AQDRLL, font valoir que cette mesure n'aura que peu d'impact dans l'ensemble de la problématique des soins aux aînés.



La ligne **1-888-489-2287**
Aide Abus Aînés



JP
Toujours là...
pour vous!

ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC
Place aux citoyens

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

PLAINTES 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

Vos droits



Consultation de la RAMQ

La Régie de l'assurance-maladie du Québec (RAMQ) limite la couverture de services pour les personnes ayant des limitations fonctionnelles comme des troubles auditifs, visuels, de motricité et de la parole. Comme, présentement, la RAMQ souhaite réviser son plan d'action pour la couverture des services, c'est le temps de se faire entendre !

Des consultations citoyennes se tiennent entre le 11 mai et le 17 juin. Nous invitons un maximum de personnes vivant avec les troubles mentionnés et leurs accompagnants à donner leur avis pour améliorer la couverture de la RAMQ. Vous êtes donc les bienvenus à partager votre expérience auprès de cette institution, en remplissant ce [formulaire](#).



Aîné-e-s LGBT : deux fois plus vulnérables



L'homophobie affecte tous les âges ! Le 17 mai dernier, c'était la *Journée mondiale contre l'homophobie, la transphobie et la biphobie*.

La fondation Émergence, en collaboration, avec la Banque nationale ont présenté la campagne de cette journée si importante pour les victimes d'homophobie.

Des études sur les conditions de vie des personnes âgées LGBT ont prouvé qu'en plus de subir les effets du vieillissement au même titre que l'ensemble des aînés, elles doivent également faire face à d'autres problèmes et situations particulières en raison de leur orientation sexuelle. Pour en savoir davantage, lisez [cet article](#).



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

Quoi de neuf ?

La Relance : conférence de Kim Thuy—16 juin



Malgré la pandémie, le groupe de loisirs de Laval **La Relance** demeure très actif en offrant des conférences et des cours en ligne. En cliquant sur les onglets SESSIONS et À LA CARTE, on peut voir le calendrier des cours et activités disponibles pour inscription.

Sur son nouveau **site d'inscriptions en ligne**, La Relance offre à l'inscription gratuite une conférence en ligne de Kim Thuy, *La peur, notre meilleure alliée*, le **mercredi 16 juin 2021 à 13h30**.

Programmation printemps-été du CCRVA Laval

Le Centre communautaire *Rendez-Vous des Aînés de Laval* a publié sa programmation printemps-été pour les aînés. Découvrez leur **guide** qui vous propose leurs services, leurs activités et leurs sorties estivales. En prime, une **visite guidée virtuelle** proposée en bas de leur page web, dont le site patrimonial du Quartier du Musée à Hull, l'exposition *Les bâtisseurs de Montréal* à Pointe-à-Callière et quelques autres.



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.

514 595-1500 | 1 800 454-8767
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

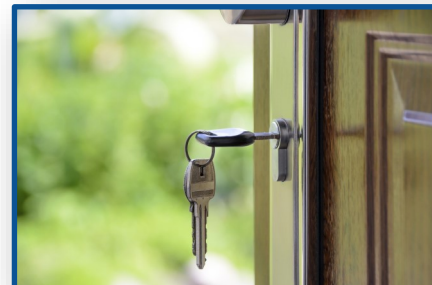
COMPLEXES FUNÉRAIRES | MAUSOLÉES | CIMETIÈRES | COLUMBARIUMS
Laval | Montréal | LaSalle | Anjou | Pierrefonds | Châteauguay | Verdun | Longueuil

Avec vous™

Quoi de neuf ?

Problèmes de refus de logement ?

Un logement vous a été refusé en raison de votre âge, couleur, handicap ou autres motifs? Un propriétaire ne peut pas refuser la location d'un logement pour l'un des motifs de discrimination prévus à la Charte des droits et libertés de la personne du Québec. La Commission des droits de la personne et de la jeunesse du Québec (CDPJQ), peut offrir une résolution quasi immédiate et résoudre le litige sans ouvrir un dossier de plainte. Il s'agit d'un service confidentiel et gratuit.



Visitez leur [site web](#). Ou appelez à **1 800 361-6477**. Si vous êtes victime de harcèlement, vous pouvez porter plainte en fournissant les informations suivantes : les faits, les dates et les noms et coordonnées des témoins, s'il y a lieu.

La dernière maison, 6 juin à TVA

«Pourquoi les personnes âgées ne peuvent-elles pas choisir leurs dernières conditions de vie? Pourquoi autant s'éteignent-elles négligées, abandonnées? Hantée par ces questions, Annie-Soleil Proteau en fait un combat personnel depuis quatre ans, et transpose ses inquiétudes dans le documentaire *La dernière maison*, que diffusera TVA le **dimanche 6 juin à 21h30**. «Ce n'est pas normal, dans une société évoluée comme la nôtre au Québec, de ne pas mieux traiter les personnes âgées, de ne pas les écouter davantage», tonne au téléphone une Annie-Soleil Proteau bouleversée et en colère, investie d'une authentique mission.»

Lire la suite dans le [Journal de Montréal](#). Voir la [bande-annonce](#) sur Facebook.



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



Ce Guide s'adresse aux personnes aînées, à leurs proches et à leur entourage, et touche 4 thèmes :

- [Vos droits dans votre milieu de vie](#)
- [Votre droit de vieillir avec dignité](#)
- [Vos protections juridiques](#)
- [Vos droits en santé et services sociaux](#)

On le télécharge sur www.aqdr.org
On obtient des copies papier auprès de
l'AQDR Laval-Laurentides
Téléphone : 450-978-0807
Sans frais : 1-844-978-0807
Courriel : aqdr.laval@aqdr.org



Revue de presse



[Vous méfiez-vous autant qu'avant des risques?](#), Radio-Canada, 04 mai 2021

[Finir ses jours dans un hôtel défraîchi](#), La Presse, 06 mai 2021

[Le passeport vaccinal pourrait-il être utilisé au quotidien?](#), Radio-Canada, 09 mai 2021

[«La dernière maison»: le combat d'Annie-Soleil Proteau](#), Journal de Montréal, 10 mai 2021

[Une majorité de Québécois favorable au passeport vaccinal selon un sondage Léger](#), Journal Metro, 11 mai 2021

[Réplique: Sécurité de la vieillesse - La première augmentation réelle en près de 50 ans](#), La Presse+, 13 mai 2021

[Cité-de-la-Santé : patients en soins palliatifs bientôt relocalisés](#), Courrier Laval, 13 mai 2021

[Mourir plutôt que partir](#), La Presse, 17 mai 2021

[Ce que vous pourrez faire selon le plan de déconfinement au Québec](#), Radio-Canada, 19 mai 2021

[Ottawa pressé de bonifier les pensions dès 65 ans](#), Le Devoir, 27 mai 2021



**L'AQDRLL INFO fera relâche cet été.
Il reviendra au début septembre. Bon été !**



CAAP
LAVAL

Centre d'assistance et
d'accompagnement aux plaintes

(450) 662-6022
WWW.CAAPLAVAL.COM

PLAINTES EN SANTÉ
SERVICES GRATUITS



MES DROITS,
J'Y VOIS!



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



Nos partenaires



Travail, Emploi
et Solidarité sociale

Québec



YVES LÉGARÉ
Complexes funéraires



URGEL BOURGIE

ATHOS