ENSEMBLE DÉFENDONS NOS DROITS

INFO AQDR
LAVAL
LAURENTIDES

Bulletin d'information de mai 2021 N° 81

Avec le printemps, un cycle s'achève de nouveau pour l'AQDR Laval-Laurentides et nous vous invitons déjà à notre assemblée générale annuelle le 8 juin prochain à 13h30. Encore par Zoom, puisque le cycle du virus, lui, n'est pas encore sous contrôle...

Nous avons besoin, comme chaque année, que des bénévoles s'impliquent pour soutenir notre conseil d'administration et le travail de l'association.

Nous avons la chance (mais c'est grâce aussi au travail patient et constant de la permanence et du CA) d'avoir une association en santé financière et en phase de consolidation.

De qui avons-nous besoin? De tous et toutes. De gens venant de divers horizons, qui apportent des points de vue variés. Qui habitent en appartement, en maison ou en RPA. De gens d'expérience qui pourront nous apporter leurs compétences bien sûr, mais aussi de personnes plus jeunes.

Les plus jeunes sont concernés par le vieillissement, ils ont des parents, des grands-parents et c'est important qu'on garde à l'AQDR une vision à long terme, vision qui fait souvent défaut à des gouvernements élus pour quatre ans.

Qu'est-ce que ça implique? À la base, il s'agit de participer aux réunions du conseil d'administration qui se tiennent une fois par mois. Elles sont en général d'une demi-journée, parfois une journée pour élaborer la planification de l'année. Actuellement, ces réunions ont lieu par visioconférence.

Ensuite, selon les intérêts et disponibilités de chacun et chacune, il s'agit de contribuer à sa convenance à réaliser le plan d'action. Exemples:

- *apporter des idées de mobilisation*
- *animer des ateliers avec des aînés*
- *participer à des comités de réflexion*
- *à des concertations régionales*
- *à des rencontres avec les députés pour faire valoir les besoins des aînés*
- *soutenir la gestion de l'organisme, etc.*

Nous avons hâte de vous connaître!

A.F

À votre agenda

AGA de l'AQDR Laval-Laurentides

Chers membres,

Votre association tiendra son assemblée générale annuelle (AGA) **mardi 8 juin 2021, à 13h30** via l'application de **visioconférence Zoom**.

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

Plusieurs d'entre vous auront déjà utilisé la visioconférence au cours des derniers mois. N'hésitez pas à communiquer avec nous au préalable si vous avez des questions concernant l'application Zoom. Vous trouverez d'ailleurs sur notre site web un **Guide Zoom** expliquant comment l'installer et l'utiliser.

Vous devrez être membre en règle et vous inscrire obligatoirement avant le 3 juin 2021. Vous recevrez alors un lien qui vous permettra d'accéder à l'AGA.

Il y a 8 postes à combler au conseil d'administration, 5 postes pour des mandats de deux ans et 3 postes pour des mandats d'un an. Pour poser votre candidature, contactez notre coordonnatrice Brigitte Tremblay à **aqdrlaval@aqdr.org** ou au téléphone à 450-978-0807 ou sans frais 1-844-978-0807 avant le 31 mai 2021.

Une assemblée générale est importante pour notre association afin de mieux connaître nos membres et de leur permettre d'apporter leur contribution aux objectifs que nous poursuivons ensemble.

Tous les documents nécessaires pour l'assemblée générale seront disponible sur notre site web en cliquant **ici**

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

Chambre des communes
House of Commons
Canada

tel-aînés
514 353 2463

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

Membres du CA

Pourquoi s'impliquer ?

Michel Roberge

J'ai débuté à l'AQDR en 2017 à la section locale Laval-Laurentides. Je venais du Comité des usagers du CSSS de Laval. Si j'ai accepté ce poste, c'est que je voulais aider l'AQDR à faire respecter les droits dévolus aux aînés. Ils sont des gens vulnérables qu'il faut protéger. Mon expérience au sein de la section locale a été des plus enrichissantes. J'ai eu aussi la chance de rencontrer des gens dévoués et aimables.. Alors, si vous avez l'âme d'un bénévole, l'AQDR Laval-Laurentides vous attend.

Anne Falcimaigne

Une fois à la retraite, je me suis rendue compte qu'il y avait des choses qui me manquaient: contribuer à une cause utile, les contacts avec des partenaires, le travail en équipe, être au courant de ce qui se passe dans ma région. J'ai commencé par aller à des conférences, puis je suis entrée au CA de l'AQDR Laval en 2008. J'ai pu me familiariser avec les enjeux des aînés, avec nos moyens d'action, avec le développement de projets et d'outils. Actuellement, je poursuis ma contribution au rythme qui me convient, en faisant les choses que j'aime: rédiger, mettre en page, réfléchir... C'est ma contribution à la société!

Johanne Gilbert

Je suis à la retraite depuis le 24 avril 2014 après 40 ans de service comme fonctionnaire fédérale. Lorsque j'ai pris ma retraite, je me suis dit que je devais faire quelque chose et ne pas rester à la maison à ne rien faire. Donc, j'ai fait des recherches sur Facebook et j'ai trouvé la page de l'AQDRLL. J'ai appelé pour savoir si l'association avait besoin de bénévoles et on m'a répondu oui. Je suis membre de l'AQDRLL depuis 2015.

À votre agenda

Vieillir en bonne santé mentale

Si vous avez manqué notre conférence *Vieillir en bonne santé mentale* le 27 avril, vous pouvez assister **le 11 mai à 14h00** à la conférence web de la Bibliothèque de St-Jérôme en collaboration avec la Table de réflexion et d'actions pour les retraités et les aînés (TRARA), l'AREQ et le Comité des usagers de Saint-Jérôme-CISSS des Laurentides.

Plusieurs personnes âgées présentent des symptômes d'anxiété et/ou de dépression qui détériorent leur qualité de vie. Savez-vous reconnaître ces symptômes? Le psychologue Sébastien Grenier explique comment identifier, mieux comprendre, prévenir et traiter ces difficultés.

Pour vous inscrire, cliquez **ICI**. Un rappel et un lien vous seront transmis quelques jours avant l'événement à votre adresse courriel personnelle.

Les directives médicales anticipées(DMA)

Depuis 2015, la *Loi concernant les soins de fin de vie* a mis en place un régime de directives médicales anticipées (DMA). Elles ont pour but de « faire connaître à l'avance les volontés en matière de soins dans l'éventualité d'une inaptitude à consentir aux soins ». Cette conférence web permettra aux participants de savoir comment planifier et rédiger des DMA valides et de connaître les conditions garantissant leur mise en application. La conférence a lieu le **mardi 1er juin à 14h00**.

Pour de l'information : 514 601-1935 - Pour vous inscrire, cliquez **ICI**
Un rappel et un lien vous seront transmis quelques jours avant l'événement à votre courriel personnel.

TRARA
MRC DE LA RIVIÈRE-DU-NORD

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

ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC

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

tel-aînés
514 353 2463

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

À votre agenda

Le cerveau : son dysfonctionnement (2e partie)

La prochaine conférence gratuite du Comité des usagers du CSSS de Laval sera diffusée en direct le **mardi 11 mai 2021 de 19h à 21h.** Animée par Daniel Geneau, neuropsychologue, celle-ci a pour titre: *Le cerveau, 2e partie: Son dysfonctionnement*. Premier arrivé, premier servi, jusqu'à concurrence de 100 participants.

Aucune réservation requise. La vidéoconférence sera accessible à compter de 18h50.

Pour y accéder, veuillez cliquer **ici.**

Nourrir l'âme: concerts en ligne

À certaines dates ou en tout temps, on peut écouter une quantité incroyable de concerts en ligne. Sans prétendre à l'exhaustivité, voici quelques sources où s'abreuver:

ARTE: plus de 600 concerts de tous genre de musique

Orchestre symphonique de Montréal: les vidéos de l'OSM

Orchestre métropolitain: les concerts de l'OM en ligne

Salle Bourgie: concerts en salle mais aussi en ligne.

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

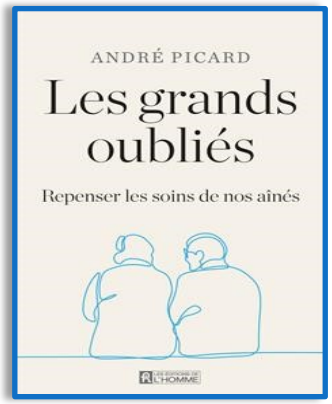
124, rue Principale Est
Sainte-Agathe-des-Monts
(Québec) J8C 1K1

Ne restez pas indifférents à la maltraitance!

APPELEZ-nous!
1 888 489–ABUS (2287)
www.aideabusaines.ca

Québec

Quoi de neuf ?



Les grands oubliés, André Picard - Dans cet ouvrage cinglant, mais nécessaire, André Picard met en lumière les réalités vécues dans la majorité des résidences pour personnes âgées au pays et les défaillances qu'on a trop longtemps ignorées. Il propose aussi des pistes de solution en allant puiser parmi les meilleures pratiques observées dans le monde.

Une histoire de la télévision au Québec, Sophie Imbeault - Entrez dans les coulisses d'un patrimoine incomparable, la télévision, qui a connu des débuts remarquables au Québec le 6 septembre 1952.

Dans ce livre, vous retrouverez plusieurs de vos téléromans et téléséries préférés ou d'autres que vous avez oubliés, des téléthéâtres marquants, des émissions jeunesse qui vous ont fait rêver, des comédies incontournables, sans oublier les principales émissions sportives, culturelles, d'affaires publiques et de variétés, ainsi que des jeux et des publicités.

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 !

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

Quoi de neuf ?

Recours conjoints au Tribunal du logement possibles en RPA

Depuis le 24 mars dernier, il est permis à deux locataires ou plus d'une même résidence privée pour aînés (RPA) d'adresser une demande conjointe au Tribunal administratif du logement (TAL), soit pour obtenir une diminution de loyer pour des services non rendus inclus dans le bail ou pour annuler des clauses au bail qui vont à l'encontre du Code civil.

Il s'agit d'une excellente nouvelle pour les résidents des RPA qui cherchent actuellement à se faire rembourser ou à obtenir une diminution de loyer pour les services non rendus depuis le début de la pandémie. Ils peuvent être assistés par le CAAP des Laurentides et pour Laval, par DIRA-Laval. Plus d'information sur le site web du **Tribunal du logement** dans la section Demande conjointe-RPA.

Budget fédéral 2021 : peu pour les aînés

L'AQDR est restée sur sa faim à la suite de la présentation du budget de la ministre fédérale des Finances, Chrystia Freeland : rien pour les moins de 75 ans, nulle mention de transferts en santé et silence radio sur le Supplément de revenu garanti. On salue la promesse d'augmenter en juillet 2022 le montant de la pension de sécurité de vieillesse de 10 %, mais on dénonce le fait qu'elle ne s'applique pas aux citoyens de 65 à 74 ans.

Certaines personnes de cette tranche d'âge continueront de devoir consacrer plus de 35 % de leur revenu au logement ce qui les laisse dans un état de précarité inadmissible, avec bien peu d'argent pour les autres besoins, pourtant essentiels. De plus, l'insuffisance des transferts en santé, secteur concernant particulièrement les aînés, démontre que les aînés sont loin d'être une priorité pour le gouvernement actuel.

211
LAVAL

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 ?

Maltraitance dans le privé : porter plainte est possible

Les usagers du réseau de la santé ou des services sociaux qui croient que leurs droits n'ont pas été respectés peuvent porter plainte, notamment s'ils ont fait l'objet de manque de respect ou s'ils ont été témoins d'une situation de maltraitance. Ce recours est prévu dans la loi.

Dès le 1er juin, ce sera également possible pour les usagers des établissements privés. En effet, les commissaires locaux aux plaintes et à la qualité des services des Centres intégrés et des Centres intégrés universitaires de santé et de services sociaux (CISSS et CIUSSS) recevront et traiteront leurs plaintes.

Pour en savoir davantage, cliquez **ici** !

Tout savoir sur le retour d'impôt de 2020!

Rien n'est facile avec la pandémie et ses bouleversements économiques. On peut s'attendre évidemment à un retour d'impôt différent des années précédentes. Quelles surprises pouvons-nous prévoir sur notre déclaration de 2020 ?

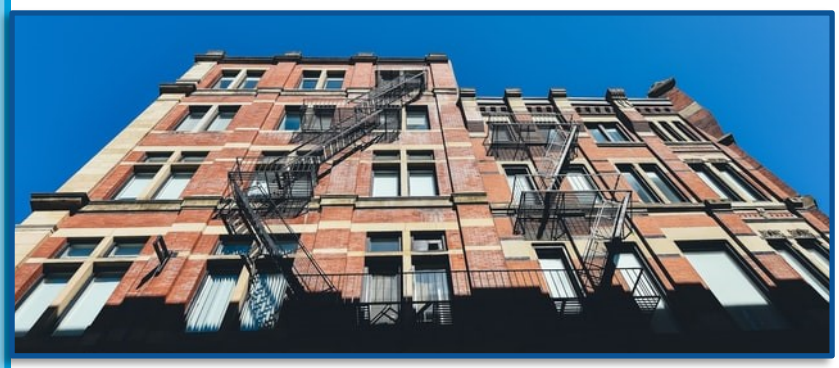
Cet **article** du Bel Âge informe sur le crédit d'impôt des proches aidants, celui des personnes de 70 ans et plus bénéficiant de services à domicile, sur le programme du plan vert provincial et autres renseignements pertinents.

La ligne 1-888-489-2287
Aide Abus Ainés

Vos droits

Sondage sur le logements dans les Laurentides

Actuellement, la crise du logement sévit autant à Montréal que dans les autres régions. Cette situation est très préoccupante pour les locataires et les nouveaux acheteurs en raison de la pénurie de logements, la surenchère, l'augmentation élevée des prix des loyers. etc.

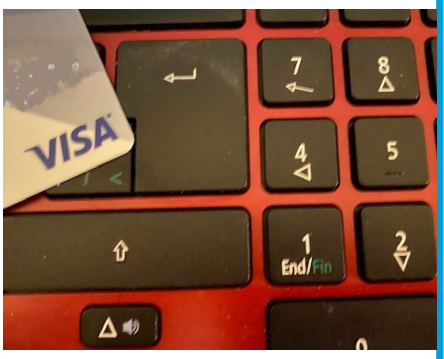


Afin de dresser un portrait global des besoins actuels en logement dans la région des Laurentides, le Conseil régional de développement social des Laurentides vous invite à remplir ce **sondage** dans le but de trouver des solutions à ce contexte particulier. **Vous avez jusqu'au 9 mai pour le compléter**.

N'hésitez pas à le partager dans votre entourage.

Attention aux fraudes!

Il est important de rester vigilant afin de ne pas se faire frauder. Malheureusement, des personnes malintentionnées utilisent plusieurs méthodes pour voler les plus vulnérables. Le contexte de la pandémie est l'occasion parfaite pour les arnaqueurs.



Par exemple, des fraudeurs prétendent vendre des vaccins et des médicaments pour prévenir la COVID-19 en ligne. Ou vous proposent d'installer de fausses applications d'alertes pour la COVID.

Et bien plus encore: pour connaître ces dangers, consulter l'**article** du Centre antifraude du Canada.

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 ?

Proches aidants des Laurentides

Si vous êtes un proche aidant, vous pouvez vous adresser à l'organisme l'Antr'Aidant. Il a pour mission de contribuer à l'amélioration des conditions de vie des proches aidants d'une personne en perte d'autonomie ou d'un aîné.

Plusieurs services sont à votre disposition: une ligne d'information disponible 24/24 (579-888-0211), de l'accompagnement individuel, des séances de groupe de soutien ponctuelles, des formations, des conférences, etc.

Consulter leur **site web** pour plus d'information.

Des vidéos de sensibilisation contre les abus

Pour sensibiliser ses membres, l'AQDR L'Assomption a tourné de courtes capsules vidéos qui portent sur différents sujets, comme les fraudes, la maltraitance, la défense collective des droits des aînés, etc.

Nous vous invitons à visionner ces vidéos afin d'apprendre davantage sur ces sujets qui touchent les aînés. C'est sur leur **chaîne YouTube.**

Une entrevue avec Fernand Dansereau

Réalisateur, producteur et scénariste, Fernand Dansereau est une grande figure du cinéma et de la télévision québécois. Il est auteur de plusieurs films sur « le vieil âge ».

À bientôt 94 ans, ce cinéaste de grand talent, partage avec Jean Carette de l'AQDR ses réflexions sur le vieillissement et le grand âge qu'il traverse et sur les bienfaits qu'il en retire et qu'il nous invite à en retirer à l'avenir, quand nous y arriverons.

À visionner sur la **chaîne YouTube** de l'AQDR nationale.

Quoi de neuf ?

Semaine nationale des soins palliatifs - 2 au 8 mai 2021

La Semaine nationale des soins palliatifs est l'occasion de célébrer et de faire connaître les réalisations en soins palliatifs d'un bout à l'autre du pays, procurant du même coup une plateforme pour examiner les lacunes et créer des ponts pour les combler,

Pour cette occasion, l'**Association canadienne de soins palliatifs (ACSP)** vous invite **le 6 mai** à sa projection gratuite du film *Le père* qui met en scène un enfant qui devient le soignant et un parent qui devient une personne à charge. Le visionnement se fait à distance dans le confort de votre domicile. Cliquez **ici** pour vous y inscrire !

Semaine de la santé mentale - 3 au 9 mai 2021

Chaque année depuis 1951, l'Association canadienne pour la santé mentale (ACSM) organise la Semaine de la santé mentale pendant la première semaine complète de chaque mois de mai. C'est une tradition canadienne rassemblant les communautés, les écoles et les milieux de travail autour de la santé mentale pour la célébrer, la protéger et la promouvoir.

Pour sa 70e année, le thème abordé est *Comprendre nos émotions*. Il est bien important de reconnaître, décoder et accepter nos émotions, afin de protéger notre santé mentale.

À cet effet, l'ACSM partage plusieurs informations à ce sujet sur leur **site web.**

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

tel-aînés
514 353 2463

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

Revue de presse

Le comité d'éthique de l'INSPQ rend un avis favorable au passeport vaccinal, Radio-Canada, 1 avril 2020

Tribunal du logement: demande conjointes maintenant possibles en RPA, Courriel Laval, 6 avril 2021

Certains travailleurs de la santé doivent maintenant fournir une preuve de vaccination, Radio-Canada, 10 avril 2021

Aînés et garderies : Ottawa vise juste, mais...,, Radio-Canada, 20 avril 2021

82 millions de dollars à trouver chez les médecins spécialistes, Radio-Canada, 22 avril 2021

COVID-19: les aînés en CHSLD reçoivent leur deuxième dose du vaccin à Québec, Le Soleil, 23 avril 2021

Budget fédéral: l'AQDRLL est déçue, Courrier Laval, 24 avril 2021,

Québec pourrait utiliser un vaccin différent pour la 2e dose dans certains cas, Radio-Canada, 24 avril 2021

Le sous-financement du système de santé dénoncé dans les Laurentides, Journal de Montréal, 25 avril 2021

Les aînés aussi concernés par la hausse des loyers, Journal de Montréal, 1 mai 2021

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 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. 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 aqdrlaval.org

Nos partenaires

Travail, Emploi et Solidarité sociale Québec

Laval

Axion 50 plus — Carrefour socioculturel et sportif

La Capitale — Assurance et services financiers

IRIS

Bétonel — Le vrai magasin de peinture — Dulux

Yves Légaré — Complexes funéraires

Tennis 13 Fitness

Groupe Forget — Audioprothésistes

SecuriGlobe — Cabinet de services financiers

Urgel Bourgie — Athos