

INFO



AQDR

LAVAL
LAURENTIDES

Bulletin d'information de septembre 2021 N° 84



Les élections fédérales auront lieu le 20 septembre. Onze députés à élire à Laval et dans les Laurentides.

Les élections sont un moment important dans une démocratie, une opportunité unique pour s'exprimer et faire des choix.

Il y a trois enjeux prioritaires pour les aînés qui concernent le fédéral. D'abord, le financement en santé qui a décliné outrageusement depuis des années et qui doit être rehaussé (transferts en santé). De même, l'investissement en logements sociaux, arrêté en 1993, doit être repris pour aider les provinces et les municipalités à créer du logement abordable. Enfin, les revenus de retraite dont le minimum assuré pour vivre décemment devrait être de 2 000 \$ par mois : environ la moitié des aînés ne l'atteignent pas...

Bien sûr, l'AQDR Laval-Laurentides va interpeller les candidat-e-s. Mais rien ne vaut les remarques et les questions de leurs électeurs et électrices pour influencer les partis ! L'implication citoyenne est nécessaire pour faire changer les choses, et voter c'est s'impliquer !

Où trouver l'information ?

Radio-Canada a créé un comparateur de programmes électoraux afin d'aider la décision. La liste des promesses peut être filtrée par parti ou par enjeu. La liste est mise à jour régulièrement.

[Cliquez ici pour accéder au comparateur.](#)

Qui est mon député, qui sont les candidats?

Pour trouver votre circonscription électorale et les candidats confirmés, rendez vous sur le **[site d'Élections Canada](#)**. À l'aide de votre code postal vous trouverez votre circonscription, la liste des candidats et comment les rejoindre, ainsi que les résultats des dernières élections.



Nous vous encourageons à vous mobiliser et contacter ces candidats pour discuter avec eux des dossiers que vous trouvez prioritaires.

Nous vous rappelons que le mouvement AQDR a produit un **[cahier de revendications](#)** en 2017. Ce dossier est, malheureusement, toujours d'actualité et pourra vous aider lors de vos discussions avec les candidats qui ne manqueront pas de cogner à votre porte ou vous téléphoner !

Et pour les modalités de votes, voir **[Élections Canada](#)**.



À votre agenda



Le passeport vaccinal entre en vigueur

Dès le 1^{er} septembre, le passeport vaccinal sera exigé dans de nombreux lieux publics (voir la [liste](#)) pour toute personne âgée de 13 ans et plus. Lors de nos activités, comme au carrefour Axion 50 Plus, nous devons demander à tous les participants leur passeport vaccinal en format papier ou numérique.



Pour obtenir votre preuve de vaccination numérique format PDF (avec code QR), accédez au **portail libre-service** qui permet de la télécharger et de l'imprimer. Vous devez d'abord remplir un court formulaire en indiquant: *Nom et prénom, date de naissance, date de la première date de vaccination, numéro d'assurance maladie et nom du fabricant de votre premier vaccin contre la COVID-19.* Ensuite, cliquez sur «Télécharger votre preuve de vaccination» si vous la voulez seulement sous forme numérique ou «Télécharger votre carte de vaccination » afin de l'imprimer au format carte d'affaire et de pouvoir la garder avec vous en permanence.

Si vous éprouvez des problèmes techniques ou vous voyez des erreurs sur votre preuve vaccinale, téléphonez au 1-877-644-4545.

Vous avez également la possibilité de télécharger l'application *VaxiCode* qui servira de passeport vaccinal à partir du 1^{er} septembre. Tapez VaxiCode sur App Store ou Google Play et téléchargez l'application (icône ci-contre) et suivez les indications pour ajouter votre preuve vaccinale. Pour vous aider, visionnez cette [vidéo](#) informative.



Service destiné aux personnes
vivant en résidence privée pour aînés (RPA)



CAAP
SUR
LE BAIL

Informez. Aidez.
Accompagnez.



À votre agenda



L'âge citoyen avec Jean Carette Mardi 28 septembre à 13h30

Cet automne, nous reprenons nos conférences et espérons pouvoir le faire en formule hybride (en présence et à distance).

La prochaine a lieu le **mardi 28 septembre à 13h30** au Carrefour Axion 50 Plus de Laval (435 boul. Curé-Labelle, local 209) et elle sera diffusée en direct sur la plateforme Zoom. Les places en présentiel sont limitées. Si, en fonction de l'évolution de la pandémie, les consignes de la Santé publique devaient changer, la conférence se fera uniquement par visioconférence.



Carrefour socioculturel et sportif

Inspiré par son livre *L'âge citoyen*, Jean Carette, conférencier et professeur à l'UQAM, propose, avec insistance, l'idée que nous sommes nés pour changer le monde, pour améliorer sans cesse nos sociétés, pour refonder en permanence l'avenir, et que cette responsabilité croît avec l'âge, c'est là que réside notre bonheur, individuel et collectif.

Pour vous inscrire, en présentiel ou par Zoom, contactez-nous par courriel: aqdr.laval@aqdr.org

ou au **450 978-0807**. Si les conditions devaient changer, nous communiquerons avec vous.

Retrouvez, [ici](#), un article vous expliquant comment installer et utiliser Zoom. Nous vous invitons également à communiquer avec nous si vous éprouvez des difficultés.



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



Place aux citoyens



tel-aînés
514 353 2463

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



À votre agenda



Salon des aînés de St-Jérôme 17 au 20 septembre

Lors du Salon des aînés de St-Jérôme, l'AQDR Laval-Laurentides offrira deux ateliers via la plateforme Zoom. Consultez le site du [Salon des aînés de St-Jérôme](#) pour plus de détails sur les diffusions. Vous pourrez également visiter notre kiosque virtuel et clavarder avec nous via Messenger. Voici notre programmation lors de cet événement:

Vendredi 17 septembre 2021 de 12h15 à 13h

Conférence: *Vos droits dans votre milieu de vie*, en collaboration avec le CAAP Laurentides. Cette conférence portera notamment sur le bail et vous informera sur vos recours auprès du Tribunal administratif du logement et du CISSS.



Samedi 18 septembre 2021 de 13h15 à 14h

La maltraitance, la reconnaître et la combattre, en collaboration avec le CISSS Laurentides. Cette conférence répondra à vos questions et vous donnera des outils pour agir contre la maltraitance.

Nos plages horaires pour nos séances de clavardage sur Messenger :

- vendredi 17 septembre de 10h à 11h,
- samedi 18 septembre 10h à 11h30,
- lundi 20 septembre de 10h à midi et de 13h à 15h.

Assistez, [ici](#), au lancement médiatique de l'événement prévu le 8 septembre à 19h00.

Le langage au cœur de l'expérience humaine avec Daniel Geneau - 14 septembre à Laval



Le neurologue et conférencier bien connu, Daniel Geneau, fera une conférence en présentiel au carrefour Axion 50 plus, le **mardi 14 septembre de 19h à 21h**. Expert des troubles cognitifs, il partagera son savoir et ses conseils.

Si toutefois en fonction de l'évolution de la pandémie, les consignes de la Santé publique devaient changer, la conférence se fera par visioconférence Zoom.

En ce cas, le Comité des usagers du CISSS de Laval, organisateur de l'événement, communiquera avec toutes les personnes ayant fait une réservation pour les en aviser. Cliquez [ici](#) pour réserver votre place.



À votre agenda



AGA du Comité des usagers de Saint-Jérôme

Lundi 13 septembre à 13h

Le Comité des usagers de Saint-Jérôme vous convie à son assemblée générale annuelle le 13 septembre à 13h par vidéoconférence Zoom. Voir les détails et documents [ici](#).

Pour s'inscrire à cette assemblée, écrivez à comite.des.usagers.cissslau@ssss.gouv.qc.ca ou appelez au 450-432-2777 #25105.

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
des Laurentides
Québec



Mythes et réalités - 13 septembre à 14h15



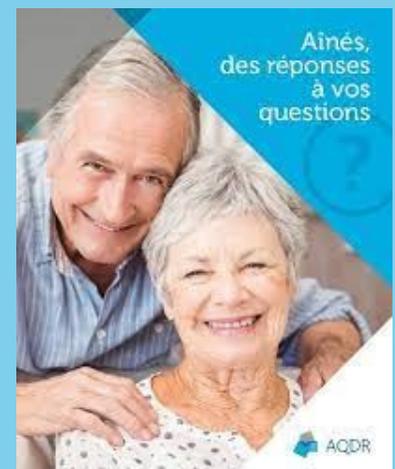
En collaboration avec le Comité des usagers de Saint-Jérôme et en clôture de son assemblée générale, Dr Alain Vadeboncoeur, ex-chef de l'urgence de l'Institut de Cardiologie de Montréal, présentera sa conférence *Mythes et réalités* gratuitement toujours sur Zoom.

Vivre... longtemps et en santé ? C'est sûrement une bonne idée. Mais comment y arriver ? Rien de plus simple... à condition de garder ça simple. Le conférencier explore dans un mode interactif et avec humour les

mythes et réalités touchant la prévention en santé. Pour plus d'information sur cet événement ou pour y assister, cliquez [ici](#)!



**APPELEZ INFO-SANTÉ
INFO-SOCIAL**



Quoi de neuf ?

Sondage auprès de nos membres

Vous êtes membre de l'AQDR Laval-Laurentides ? Il est possible que la firme de sondages INFRAS vous contacte en septembre pour en savoir davantage sur votre connaissance de notre organisme, votre appréciation sur nos activités et communications, ainsi que sur votre vision de la défense des droits.



Si vous avez des questions par rapport à l'appel reçu, vous pouvez communiquer avec nous ou avec Marilou Perron, chargée de projet d'INFRAS pour ce sondage, au 418-440-8034 ou au mperron@infras-intl.com. Merci d'avance de répondre à ce sondage !

Un nouveau Comité de milieu de vie



Le 16 août dernier, les résidents du Manoir Fontainebleau à Blainville ont élu les membres de leur Comité de milieu de vie (CMV). On se rappelle qu'un CMV c'est une petite équipe de personnes résidentes qui acceptent de s'impliquer bénévolement pour se mettre à l'écoute des autres résidents dans le but de porter leurs attentes raisonnables à l'attention des responsables de la résidence.

L'AQDR Laval-Laurentides offre son soutien aux groupes qui veulent mettre sur pieds un tel comité. Communiquez avec nous pour plus d'informations.

1^{ère} rangée : Gisèle Lachance, Françoise Filion, Suzanne Granger
2^{ème} rangée : Robert Morin, Raymond Noury, Gilles Lalande

Semaine lavalloise des aînés - 1^{er} au 7 octobre

Dans le cadre de la Semaine lavalloise des aînés, nous présenterons deux événements, l'un en présentiel et l'autre numérique.

Juripop animera une conférence qui renseignera les personnes aînées sur les outils juridiques qui protègent leur volonté, leur autonomie et leur santé, le **mercredi 6 octobre de 13h à 16h** au Centre communautaire Régent-Martimbeau. Les places étant limitées, réservez votre place en communiquant avec nous au 450-978-0807 ou aqdr.laval@aqdr.org



Également **du 1^{er} au 7 octobre**, la conférence conjointe AQDRLL et CAAP Laval *Vos droits en santé et services sociaux* sera diffusée toute la semaine sur le **site de l'événement**.

Pour voir toutes les information sur cette semaine thématique, cliquez **[ici](#)**!

Suggestions de lecture

***Vieillir avec panache* de Jocelyne Robert**

Inspirée en pleine pandémie sous l'impulsion et l'indignation, l'auteure Jocelyne Robert exprime sa rage face aux gens qui considèrent les personnes âgées comme une sous-catégorie plus ou moins inutile dans notre société.

Sur un ton léger et humoristique, elle démonte un à un chaque cliché sur le vieillissement, dénonce la perception que notre société a des personnes âgées et invite les lecteurs à revoir l'image qu'on se fait sur ce groupe d'âge.



***Les p'tits vieux... c'est les autres !* de Diane Baignée**

Lorsque nous parlons de vieillesse, il nous vient rapidement à l'esprit des préjugés négatifs. Diane Baignée casse ce tabou en valorisant le privilège que nous avons de vieillir et ce processus de la vie inévitable.

Ce livre fait découvrir aux lecteurs comment ils peuvent utiliser à leur avantage leurs capacités et leurs ressources. L'auteure partage ses constats sur l'âgisme, les difficultés économiques des aînés, les renoncements et les deuils à affronter, les rôles sociaux modifiés, ainsi que la perte de certaines identités.



CAAP
—
LAVAL

Centre d'assistance et
d'accompagnement aux plaintes

(450) 662-6022

WWW.CAAPLAVAL.COM

PLAINTÉ EN SANTÉ
SERVICES GRATUITS



MES DROITS,
J'Y VOIS!

Quoi de neuf ?

Une web télé pour les aînés branchés

Créée en pleine pandémie par EMD-Batimo, CREA TV est une web télé destinée à briser l'isolement des personnes âgées. Cette plateforme numérique est disponible gratuitement sur le web ainsi qu'en exclusivité dans une dizaine de résidences pour aînés au Québec.

Plusieurs personnalités publiques y collaborent, comme Sonia Benzra, Sylvie Fréchette, Josée Lavigneur, Emmanuel Auger et Maxime Charbonneau. On peut consulter la programmation [ici](#).



Les effets de la pandémie dans les Laurentides

Le Conseil régional de développement social des Laurentides (CRDSL) avait déjà pris l'initiative de faire un sondage afin d'évaluer les impacts de la pandémie sur les organismes communautaires et le développement social de la région. Comme la situation ne semblait pas s'améliorer, le CRDSL a effectué un deuxième sondage pour connaître les effets à long terme de cette crise interminable.

On note un épuisement du milieu communautaire et un manque criant de ressources.

Consultez le rapport [ici](#)!



CONSEIL RÉGIONAL
DE DÉVELOPPEMENT SOCIAL
DES LAURENTIDES



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

Télec.: 450-686-7153

Guy.Ouellette.CHOM@assnat.qc.ca



LAVAL

**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 ?

Maltraitance envers les proches aidants

Les proches aidants peuvent aussi être victimes de maltraitance. Afin de contrer ce problème, le Regroupement des aidants naturels du Québec (RANQ) a lancé les premiers outils québécois visant la sensibilisation à la maltraitance envers les personnes proches aidantes.



Vous êtes un proche aidant ou vous en connaissez un, découvrez ces outils qui peuvent s'avérer très utiles afin de vous mieux outiller, [ici](#).

Nouveau logo: la bientraitance des aînés

Lors de la Journée mondiale de lutte contre la maltraitance envers les personnes âgées, la Table de concertation régionale des aînés des Laurentides (TCRAL) a dévoilé son logo *La bientraitance des aînés – Laurentides* (ci-contre).



Ce logo a été créé Carmen Beauregard lors de l'appel de concours ouvert aux aînés de la région en mars 2021.



La ligne

1-888-489-2287

Aide Abus Aînés



**Mais surtout,
votre 2^e dose de vaccin.**

L'effet combiné des deux doses assure
une meilleure protection contre la COVID-19,
pour une plus longue durée.

Assurez-vous de recevoir
la 2^e dose de votre vaccin.

Votre  gouvernement

Québec 

PLAINTÉ EN SANTÉ
SERVICES GRATUITS



MES DROITS,
J'Y VOIS!

GAAP
—
LAVAL

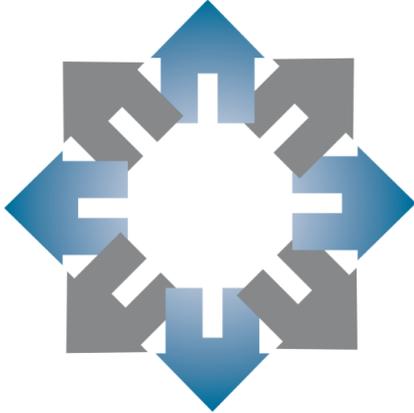
CENTRE D'ASSISTANCE ET
D'ACCOMPAGNEMENT AUX PLAINTES

(450) 662-6022
WWW.CAAPLAVAL.COM

Vos droits



Un service d'aide à domicile près de chez vous



Vous avez besoin d'aide à votre domicile que ce soit pour l'entretien ménager, la préparation de repas ou des soins d'assistance ? *Aide chez soi* possède un outil de recherche sur leur site web qui permet de trouver un point de service près de chez vous et de placer une demande personnalisée. Vous n'avez qu'à inscrire votre ville ou votre code postal dans le moteur de recherche.

Pour consulter ce type de service en ligne, cliquez [ici](#)! Accédez également à davantage d'information sur leurs services ainsi qu'à de la documentation.

Fraudes : jamais de \$ par téléphone !

En temps de pandémie, les fraudes se font de plus en plus fréquentes. Les fraudeurs profitent de la vulnérabilité des gens pour les arnaquer. Plusieurs d'entre eux prétendent être des représentants de Service Canada.

Restez vigilant! En cas de doute, ne prenez pas de chance et n'hésitez pas à raccrocher. Informez-vous [ici](#), afin de pouvoir reconnaître une arnaque qui semble provenir de Service Canada.



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



Une histoire au bout du fil !

Ligne téléphonique culturelle



450 680-2909

Quoi de neuf ?

Série *On a tous un rôle à jouer*

Le Curateur public du Québec a lancé la série vidéo *On a tous un rôle à jouer*, où l'écrivaine Kim Thúy explique les changements à venir avec la Loi visant à mieux protéger les personnes en situation de vulnérabilité à travers des rencontres avec des intervenants dans le milieu juridique et de la santé.

Curateur public
Québec 

Découvrez ces courtes vidéos maintenant disponibles en ligne afin d'en savoir davantage sur les impacts d'une loi inclusive et bienveillante, [ici!](#)

L'IMAQ facilite l'accès à la médiation aux aînés

L'Institut de médiation et d'arbitrage du Québec (IMAQ) déploie un projet pilote pour offrir des services de médiation destinés aux personnes âgées. Après avoir rempli un formulaire et effectué l'ouverture de dossier, le demandeur pourra ainsi recevoir le service d'accompagnement à prix

LA
**MÉDIATION
POUR LES AÎNÉS**
Service d'accompagnement
facilitant l'accès à la médiation

Un projet pilote de :

 **IMAQ**
INSTITUT DE MÉDIATION ET
D'ARBITRAGE DU QUÉBEC

abordable. Pour en savoir plus, cliquez [ici!](#) À cette initiative s'ajoute une plateforme numérique où vous trouverez des capsules informatives pour de la sensibilisation, l'information et des conseils. Accéder au contenu [ici!](#)



**Sandra
EL-HELOU**

Conseillère municipale
de Souvenir-Labelle

MOT DE LA CONSEILLÈRE RESPONSABLE DES AÎNÉS

Je suis très fière que ma proposition de créer un comité consultatif des personnes âgées ait été adoptée à l'unanimité par le conseil municipal !

Le comité pourra se pencher sur les politiques lavalloises et émettre des recommandations pour que Laval soit une ville où les plus de 65 ans sont inclus, actifs et impliqués. Ce sera peut-être VOTRE chance de vous impliquer.

Restez à l'affût, la Ville de Laval lancera bientôt son appel de candidatures pour recruter les membres du comité !



s.el-helou@laval.ca

 [/Sandra.Helou](https://www.facebook.com/Sandra.Helou)

Quoi de neuf ?

Physiothérapie sur YouTube

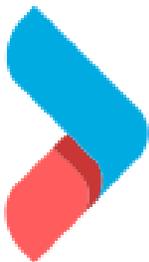
Le conférencier et physiothérapeute, Denis Fortier a mis en ligne du contenu très intéressant sur sa chaîne YouTube qui traite plusieurs sujets sur la santé et le bien-être.

Il s'attarde notamment sur la façon de diminuer certaines douleurs, mieux guérir ses blessures ou bien préserver la santé des articulations.

Découvrez les capsules vidéos de Denis Fortier, [ici!](#)



Faire de l'exercice chez soi



On peut s'entraîner dans le confort de son domicile avec *Move50plus*. Cette chaîne YouTube est créée dans le but de rendre accessible des entraînements conçus pour les personnes âgées de 50 ans et plus.

Des professionnels de l'entraînement physique animent des vidéos afin de partager leur expertise à ceux qui veulent améliorer leur bien-être et leur santé.

Si vous avez envie de bouger, passez à l'action en découvrant cette **plateforme** qui propose plusieurs types d'exercice.



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



Aînés, des réponses à vos questions

Ce Guide s'adresse aux personnes âgées, 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



Régime public d'assurance médicaments: l'AQDR lève le drapeau rouge, La Voix de l'Est, 28 juillet 2021

Pourquoi le port du masque est-il encore recommandé, même si on est vacciné?

Radio-Canada, 2 août 2021

Les urgences des Laurentides débordent, La Presse, 3 août 2021

Le passeport vaccinal à travers le monde, La Presse, 5 août 2021

Vieillir à la maison, L'actualité, 6 août 2021.

Double vaccination obligatoire pour les voyageurs canadiens, TVA Nouvelles, 13 août 2021

Plusieurs aînés victimes de fraude, TVA Nouvelles, 17 août 2021

Le programme de services Internet haute vitesse abordables se poursuit, Courrier Laval, 17 août 2021

On investit dans la dignité» -Marguerite Blais, Nord Info, 19 août 2021

Vos données à risque sur le passeport vaccinal, TVA Nouvelles, 20 août 2021

Les Laurentides en retard, Journal Le Nord, 24 août 2021

Appel à une « révolution » sous peine de « frapper un mur », La Presse, 26 août 2021



Les préarrangements moi ?

Les préarrangements,
ce n'est pas si compliqué.

Pour connaître la réponse :
visitez yveslegare.com
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 | 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



Nos partenaires

