

INFO



AQDR

LAVAL
LAURENTIDES

Bulletin d'information avril 2022 N° 91



Ça bouge en ce moment pour les aîné-e-s et c'est tant mieux ! Enfin !

Dans le récent **plan Dubé**, censé apporter des changements fondamentaux en santé,

on parle de « *virage massif vers les soins à domicile* » (la Commissaire à la santé et au bien-être a été mandatée pour revoir le modèle et les façons de faire en soutien à domicile). Les organismes communautaires seront davantage financés. On souligne aussi vouloir apporter plus de soutien et de répit pour les personnes proches aidantes.

De leur côté, les personnes âgées veulent avoir leur mot à dire sur les changements qu'elles espèrent. C'est pourquoi la **Coalition pour la dignité des aînés**, composée de six associations représentant près de 150 000 personnes âgées au Québec, va tenir des États généraux sur les conditions de vie des aînés afin de mettre en lumière leurs besoins réels.

Ces États généraux se dérouleront à Québec le 3 mai prochain et réuniront sur invitation des représentants des aîné-e-s et de la société civile québécoise. Une **capsule vidéo** a d'ailleurs été produite pour annoncer cet événement.

La liste des 38 solutions mises de l'avant par la Coalition est disponible à la consultation sur son **site** : on peut apporter des commentaires ou des mémoires pour alimenter cette réflexion.

Déjà l'AQDR a précisé certaines de ces demandes. Notamment, en ce qui concerne le

maintien à domicile, nous demandons au gouvernement de mettre sur pied une sorte de réseau parallèle au système de santé actuel qui serait destiné spécifiquement à répondre aux besoins en matière de soutien à domicile. Il faut donner un coup de barre et réduire le nombre de Québécois en attente d'un service de soutien à domicile. Les détails dans cet **article** de La Presse.



Nous continuons à taper sur le clou tant provincial que fédéral pour réclamer un rehaussement des prestations de base pour les aînés. D'autant plus vital en période d'inflation. Pour y contribuer, signez la **pétition** pour les rentes du Québec.

L'épineuse question du manque de logements abordables et des RPA qui ferment vient mettre de plus en plus de pression.

Tout notre modèle de services et de vie pour les personnes âgées est à revoir !



À votre agenda



Conférence *L'usure de compassion* Mardi 26 avril à 13h30

Lorsqu'on est proche aidant, on peut aller trop souvent jusqu'à s'oublier, s'épuiser, et souffrir d'usure de compassion. Animée par Madeleine Fortier, cette conférence a pour objectifs de vous sensibiliser à l'usure de compassion et à ses ravages, et de vous donner des outils pour vous en protéger.

Cet événement aura lieu en présentiel au **carrefour Axion 50 plus à Laval, le mardi 26 avril à 13h30.**

Car la santé physique et mentale du proche aidant est son bien le plus précieux pour bien jouer son rôle. Il est donc très important de donner aux proches aidants un temps de réflexion, de recul, et des outils de prévention pour les aider à prendre soin d'eux-mêmes.

Pour s'inscrire, contactez-nous au 450-978-0708 ou par courriel: aqdrlaval@aqdr.org.



Les préarrangements, pourquoi ?

Les préarrangements,
ce n'est pas si compliqué.

Pour connaître la réponse :
visitez yveslegare.com/reponse
ou appelez un de nos conseillers.

Fière partenaire de l'AQDR

Offre exclusive

Pour les membres de l'AQDR, **10 % de rabais** sur nos biens et services à l'achat d'un contrat de préarrangements funéraires.*

* Offre applicable sur les biens et services à prix courant seulement.
Ne peut être jumelée à aucune autre offre promotionnelle.

514 595-1500 | 1 800 454-8767
yveslegare.com



YVES LÉGARÉ
Complexes funéraires

Avec vous™

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



À votre agenda



Ça marche! S'entraîner pour garder sa mobilité Jeudi 28 avril à 14h00

Le 28 avril à 14h00, AvantÂge présentera la conférence virtuelle *Ça marche! S'entraîner pour garder sa mobilité*.

Le maintien de la vitesse de marche est très important pour assurer une mobilité suffisante qui favorise la participation aux activités quotidiennes.

Les entraînements physiques sont donc pertinents tout en demeurant réalistes et accessibles dans le contexte du vieillissement. Ainsi, sur la base de travaux scientifiques récents, cette conférence présentera des modes d'entraînement qui vous permettront de dire : ça marche!

Pour plus d'information, cliquez [ici](#) ! Le lien Zoom sera affiché sur ce site.

AvantÂge iugm

Institut universitaire de gériatrie de Montréal

L'âgisme Mardi 26 avril à 14h00



Présentée par les Bibliothèques de Saint-Jérôme, cette conférence permettra de définir différentes notions sur la discrimination liée à l'âge, découvrir des statistiques sur le vieillissement, écouter des témoignages et connaître des ressources d'aide.

Cette conférence sera présentée par Anne Baudoin de la FADOQ et l'agente Mélissa Bossé du Service de police de Saint-Jérôme. Pour en savoir davantage ou s'inscrire, cliquez [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



@LucDesiletsBQ



Vos droits

Une médaille à Jean Carette de l'AQDR

Très impliqué à défendre les droits des aînés, Jean Carette, vice-président de l'AQDR nationale, recevra la médaille du Lieutenant-Gouverneur du Québec, le 3 avril prochain. Celle-ci reconnaît l'engagement bénévole de personnes ayant contribué de façon significative à leur communauté. Depuis plus de 60 ans, Jean Carette s'investit avec cœur à améliorer le sort des aînés.



Découvrez les entrevues animées par Jean Carette sur la chaîne YouTube de l'AQDR nationale en cliquant [ici](#) !



Pétition pour hausser la RRQ

Nous vous invitons à signer [la pétition](#) de l'AQDR Memphrémagog et de Granby (sur le site de l'Assemblée nationale) qui demande au gouvernement du Québec d'assurer le respect du droit à un revenu décent aux personnes aînées afin de prévenir les inégalités:

- ❖ En ajustant le taux d'indexation de la prestation versée par le Régime des rentes du Québec (RRQ) deux fois par année afin qu'il reflète davantage la réalité vécue par les prestataires;
- ❖ En adoptant un plan de rattrapage visant l'établissement d'un revenu minimum garanti de 28 000 \$ pour une personne aînée.

Merci de votre collaboration et de votre solidarité.

Gagner
20 000 \$
ça vaut le coup!

beneva

Participez maintenant!
gagnez.beneva.ca/aqdr | 1 855 780-4801

Beneva désigne La Capitale assurances générales inc. en sa qualité d'assureur. © 2022 Beneva. Tous droits réservés. ^{MD} Le nom et le logo Beneva sont des marques de commerce déposées et utilisées sous licence | 1. Détails et règlement disponibles au gagnez.beneva.ca. Le concours se termine le 10 janvier 2023. Le prix à tirer est un chèque de 20 000 \$. Aucun achat requis. Le gagnant devra répondre à une question d'habileté mathématique.

**GROUPE
FORGET** 
AUDIOPROTHÉSISTES

1-888-OREILLE
ENTENDRE-MIEUX.COM

Vos droits



Revenu Québec: Service d'aide en impôt

Regroupant une centaine de bénévoles, le *Service d'aide en impôt - Programme des bénévoles* offre de l'assistance aux personnes qui ont besoin de soutien pour remplir leur déclaration de revenus et qui n'ont pas de ressource à leur disposition.

Par ailleurs, des organismes communautaires tiennent gratuitement ou à petit prix des séances de préparation de déclarations de revenus du Canada et du Québec.

Pour avoir plus d'information, cliquez [ici](#)!



En route vers les États généraux



**Coalition
pour la dignité
des aînés**

À l'approche de la tenue des États généraux sur les conditions de vie des aînés, la population générale est invitée à se faire entendre sur les solutions proposées par la Coalition pour la dignité des aînés, dont l'AQDR est membre fondateur. Il est possible de déposer un mémoire ou des commentaires sur le site de la [Coalition](#).

Le mardi 3 mai prochain à Québec, les États généraux réuniront des aînés, des représentants de la société civile et des experts de tous les horizons, et de partout au Québec. Une consultation préalable est actuellement en cours auprès des participants aux États généraux, qui permettront de prioriser ces solutions et d'en dégager une déclaration commune.



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



VOUS CHERCHEZ DE L'AIDE?

Alimentation · logement · santé · emploi · itinérance · aide aux aînés ·
éducation · soutien aux familles...

211 Grand Montréal

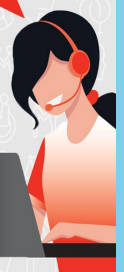
Votre porte d'entrée vers
plus de 5 000 ressources
communautaires

2-1-1 211qc.ca

Gratuit 7/7j 8h-18h Confidentiel +200 langues

Le service 211 est
accessible dans la MRC
Thérèse-de-Blainville.
Faites-le savoir!

Le 11 février, on célèbre la #Journée211



Maintien à domicile



Le soutien à domicile à Laval

Depuis quelques semaines, La Table régionale de concertation des aînés de Laval (TRCAL) a eu l'initiative de réaliser diverses capsules vidéo portant sur des enjeux importants.

Comme la population actuelle est vieillissante et que les aînés veulent rester dans leur domicile, la quatrième **vidéo** présente les services offerts en soutien à domicile dans la région de Laval.

Le soutien à domicile englobe une vaste gamme de service pour des besoins qui peuvent être très différents selon les clientèles.



Vieillir autrement



Présenté sur le site web de **tou.tv**, le documentaire *Vieillir autrement* plonge dans l'univers du D^r Stéphane qui réinvente un nouveau modèle de gériatrie sociale dans la communauté du Québec.

Le gériatre ressentait le besoin de sortir des cliniques pour répondre davantage aux besoins des aînés qui veulent vieillir dans les meilleures conditions à domicile.

Découvrez cette spécialité médicale dédiée aux aînés à travers ce **reportage!**



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



La Capitale 

+

SSQ
assurance



beneva

Fraudes et arnaques

Atelier *Serez-vous le prochain poisson?*

Serez-vous le prochain poisson? est un atelier de l'AQDR Laval-Laurentides qui a pour objectif de mieux outiller les personnes âgées pour faire face à des situations de fraude et, si elles en ont malheureusement été victimes, de savoir quoi faire et d'accéder à des ressources appropriées.

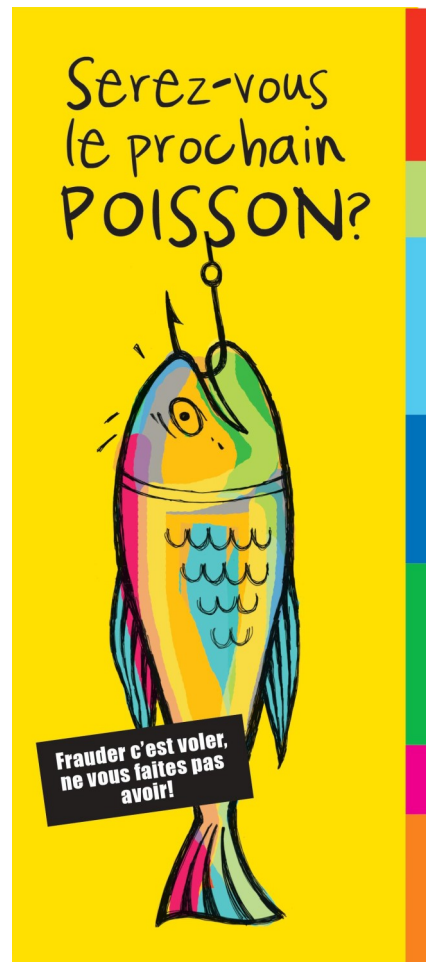
Constamment mis à jour, le contenu de la conférence est souvent à refaire, car les fraudeurs trouvent malheureusement de nouvelles tactiques pour arnaquer les plus vulnérables. Au cours de cet atelier, les participants comprendront mieux:

- le profil du fraudeur
- les divers types de fraudes;
- les principaux conseils de prévention;
- l'importance de dénoncer les délits en portant plainte.

Cet atelier d'une durée approximative de 60 à 90 minutes est offert gratuitement à des groupes de 20 à 35 personnes sur demande dans divers établissements.

Durant la présentation, de la documentation sur la fraude comportant plusieurs ressources sera remise aux participants.

Pour plus d'information ou prendre rendez-vous, communiquez avec l'AQDRLL au 450-978-0908.



TR

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

**Une histoire
au bout du fil!**

Ligne téléphonique culturelle



450 680-2909

Quoi de neuf?

Devenez membre du groupe *Les vigies de l'AQDRLL* !

L'AQDR Laval-Laurentides réunit ses membres bénévoles les plus actifs afin de créer un groupe de discussion et de consultation qui se nommera *Les vigies de l'AQDRLL*.

L'objectif ? Faire circuler davantage l'information. Faire fermenter de nouvelles idées. Alimenter notre réflexion collective.

Les *vigies* recevront à intervalle régulier, chaque mois environ, un courriel sollicitant leur contribution sur différents sujets importants, comme le logement, le revenu, la santé, le transport. Sous la forme d'un court questionnaire, d'un sondage ou d'un appel à témoignage.

Intéressé-e ? Dites-le nous en communiquant au 450-978-0807 ou à aqdrLaval@aqdr.org.



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.

Date limite: 30 avril 2022 pour faire votre demande pour la subvention qui couvrirait l'année 2021. Vous devez alors remplir le formulaire prévu à cette fin et fournir les documents exigés.

Note importante : Si vous avez déjà reçu une telle subvention de Ville de Laval par le passé, sachez que le renouvellement est automatiquement envoyé à votre domicile.


AUTRES POLITIQUES MUNICIPALITÉ AMIE DES AÎNÉS


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**

Responsable du dossier
des Aînés
Membre associée du comité exécutif



Quoi de neuf ?

Campagne #JeSuisAînéDeDemain



Le Groupe Maurice poursuit sa campagne pour vaincre l'âgisme, mais cette fois-ci, en défaisant les mythes sur les aînés. Pour ce faire, l'entreprise propose un court questionnaire comportant 10 questions vrai ou faux dans le but de sensibiliser les gens des préjugés que la société peut porter sur les aînés. Pour chaque test complété, la Fondation Luc Maurice remettra 2 \$ à des organismes qui œuvrent auprès des aînés. Faites le test, [ici](#)!

Des balados qui accueillent un aîné et un expert pour discuter d'enjeux ou de sujets concernant les aînés sont aussi disponibles. Pour y accéder, cliquez [ici](#) !

Monsieur Lunettes à Laval



monsieur
lunettes
lunetterie communautaire

Dès le 8 avril, la lunetterie communautaire Monsieur Lunettes sera en service tous les vendredis au Carrefour Jeunesse Emploi de Laval. Il faut impérativement prendre rendez-vous en s'inscrivant en ligne ou en téléphonant au 450 693-0852 ou au numéro sans frais 1 844 693-0852.

L'organisme offre également des lunettes et des montures de qualité à prix abordable. Visitez leur [site web](#)!



CHRISTOPHER SKEETE
DÉPUTÉ DE SAINTE-ROSE

☎ 450 963-8272

✉ christopher.skeete.saro@assnat.qc.ca



ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC



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**



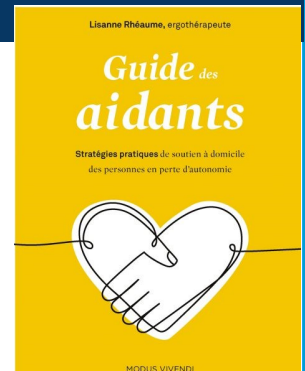
Suggestions de lecture

Guide des aidants

Dotée d'une grande expérience professionnelle en ergothérapie, Lianne Rhéaume a écrit un ouvrage pour les proches aidants et les préposés aux bénéficiaires afin de les outiller à mettre en pratique des solutions pour les soins à domicile.

Ce livre est une véritable source d'inspiration pour tous les aidants puisqu'il propose des pistes pour prévenir et diminuer la perte d'autonomie. Celui-ci propose également des tableaux présentant des astuces en fonction des problèmes rencontrés, les principes fondamentaux du maintien à domicile, etc.

Pour en savoir davantage ou acheter le livre, cliquez [ici](#)!



Vieillir, la belle affaire : garder son pouvoir d'agir



Par son parcours professionnel en santé, le Dr Lemire met en lumière l'approche médicale du phénomène du vieillissement dans son ouvrage. L'auteur vise à mettre fin aux préjugés face au vieillissement en prouvant qu'il est bien possible d'être fonctionnel et en santé. Avec cœur, il explique en détail tous les aspects sur le plan psychologique, intellectuel, matériel et physique.

Pour en savoir davantage ou acheter le livre, cliquez [ici](#)!



La ligne

1-888-489-2287

Aide Abus Aînés



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



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



Le Protecteur du citoyen



PROTECTEUR
DU CITOYEN

Au Québec, il est possible d'avoir accès à de nombreux services publics, mais cela ne se passe pas toujours bien. Le Protecteur du citoyen accompagne les Québécois qui ont un problème avec un service gouvernemental. C'est un recours simple et gratuit pour faire une plainte afin de prévenir les abus, les inactions ou les erreurs.

Depuis le 1^{er} avril, l'organisme a lancé un service de clavardage sur son [site web](#). Ses agents sont disponibles pour répondre en direct aux questions des visiteurs, du lundi au vendredi, de 10h à midi et de 14h à 16h.

L'aide aux aînés et aux proches aidants

Diverses aides et services sont offerts aux aînés qui désirent rester le plus longtemps possible dans leur domicile. Par exemple, des proches aidants qui ont à leur charge une personne en perte d'autonomie ont droit à certains congés pour en prendre soin.

Il est possible de remplir un formulaire de la CNESST pour demander congé à leur employeur afin de s'occuper de la personne à charge.

Cet [article](#) d'Éducaloi présente les ressources d'aide pour des services médicaux et soutien à domicile, ainsi que pour l'aide financière.

éducaloi

La loi expliquée en un seul endroit

PLUS
pour le
QUÉBEC

359, boulevard Albiny-Paquette
Mont-Laurier
(Québec) J9L 1K5
1 866 440-3091

124, rue Principale Est
Sainte-Agathe-des-Monts
(Québec) J8C 1K1
1 844 750-1650

mh.gaudreau@parl.gc.ca
mhgaudreau.quebec

Marie-Hélène Gaudreau
Députée de Laurentides-Labelle

@MHGaudreauBQ





Revue de presse



Investissements pour l'ajout de logements sociaux. Journal Accès, 1 mars

Le pouvoir des personnes âgées, Le Devoir, 2 mars

Un nonagénaire anémique pris sans médecin de famille, Journal de Montréal, 2 mars

L'AQDR dénonce les tactiques juridiques abusives dans les RPA, L'Écho de Laval, 4 mars

Des locataires de RPA exigent un remboursement, La Presse, 5 mars

Des aînés en résidences font de la résistance, Protégez-vous, 11 mars

Des milliers espèrent une place en CHLSD, Journal de Québec, 12 mars

Maison des aînés: l'offre ne comblerait pas la demande, Courrier Laval, 13 mars

Québec veut procéder au conventionnement « le plus rapidement possible », La Presse, 16 mars

Les leçons de la pandémie sur le sort réservé aux aînés au Québec, Radio-Canada, 17 mars

Mirabel: 37 500\$ du fédéral pour les aînés. Journal L'Éveil, 24 mars

Saignée dans les RPA, La Presse, 28 mars

La Coalition pour la dignité des aînés dénonce les traitements réservés aux aînés dans les CHSLD, L'Écho de Laval, 30 mars

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!



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

Carolane Ladouceur

Brigitte Tremblay

Anne Falcimaigne

Notre mission

L'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) a pour mission exclusive la défense collective des droits culturels, économiques, politiques et sociaux des personnes âgées.

L'AQDR est un regroupement d'hommes et de femmes de toutes les régions du Québec qui œuvrent à la défense collective de leurs droits. Il existe des sections à travers tout le Québec qui regroupent près de 25 000 personnes âgées. Notre section Laval Laurentides compte environ 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



URGEL BOURGIE

ATHOS