

INFO



AQDR

LAVAL
LAURENTIDES

Bulletin d'information octobre 2022 N° 95

UN MINISTÈRE DES AÎNÉS

Un nouveau gouvernement prend place.

La première chose que nous lui demandons est de créer un véritable ministère des Aînés. Pourquoi? Pour s'occuper des aînés du Québec et piloter l'urgent chantier de l'amélioration de leurs conditions de vie.

Le traitement de la question des aînés durant cette campagne électorale nous démontre que l'amélioration de leurs conditions de vie n'est pas prise au sérieux.

Si nous voulons agir collectivement de façon efficace sur les enjeux de santé, de revenu, de logement et de transport pour les personnes aînées, un ou une ministre déléguée sans portefeuille, ce n'est pas suffisant. Nous avons besoin d'un véritable pilote ayant les moyens de coordonner et mettre en œuvre les changements nécessaires et urgents.

Un ministère des Aînés bénéficiant d'un budget suffisant pour permettre à un ou une

ministre d'avoir une voix forte et les moyens de ses ambitions est la seule voie vers la prise en compte de l'ensemble des besoins des aînés, qui ne s'arrêtent pas aux questions de santé.

L'AQDR réclame en outre l'adoption d'une politique gouvernementale, sous la responsabilité du ou de la ministre des Aînés, qui obligerait que tous les mémoires présentés au Conseil des ministres incluent une *clause d'impact aînés*, comme la clause d'impact jeunesse prévue dans la Politique québécoise de la jeunesse 2030. Toutes les politiques devraient ainsi tenir compte de leur impact présent et futur sur les aînés.



En 2030, les aînés représenteront le quart de la population du Québec. Il est essentiel que cette projection soit prise en considération dans les politiques publiques qui seront mises en place. Il ne faut pas oublier qu'une part importante de ces aînés vivent dans une position de précarité et de vulnérabilité, amplifiant les effets de phénomènes comme l'inflation et la crise du logement.



Activités de l'AQDRLL



Proches aidants: comment ne pas se brûler? St-Jérôme - 20 octobre 2022 - 13h30

Lorsqu'on est proche aidant, on peut trop souvent s'oublier, s'épuiser et souffrir d'usure de compassion. Animée par Madeleine Fortier, la conférence *L'usure de compassion: jusqu'où aller sans se brûler?* a pour objectif 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 **CAB de St-Jérôme, le jeudi 20 octobre à 13h30.**

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.



Atelier vide frigo Laval - 25 octobre - 13h30



En collaboration avec la Direction de santé publique du CISSS de Laval et ses partenaires (Ville de Laval, Québec en forme, Enfant d'Abord), le *Groupe Promo-Santé Laval* offre cet atelier afin de limiter le gaspillage alimentaire au domicile et promouvoir l'alimentation locale.

Cet atelier aura lieu en présentiel au **carrefour Axion 50 plus à Laval, le mardi 25 octobre à 13h30.**

On y trouvera des astuces simples pour maximiser la durée de vie des aliments, des stratégies pour planifier les achats et une tonne d'idées de recettes nutritives pour redonner vie aux restes.

Le temps des légumes qui pourrissent au fond du frigo est révolu !

Pour s'inscrire à ces conférences, appeler au 450-978-0708 ou par courriel: aqdrilaval@aqdr.org.

**Un poste à notre conseil d'administration est vacant et n'attend que vous!
Appelez-nous pour manifester votre intérêt à faire partie de notre équipe!**

La Semaine lavalloise des aînés

Nombreuses activités du 1^{er} au 7 octobre

Du 1^{er} au 7 octobre, la Semaine lavalloise des aînés propose une riche **programmation** à ses citoyens. Pour l'occasion, l'AQDR Laval-Laurentides offre à deux reprises **une activité-rencontre Antidote VIT (*Vis intensément tout de suite*): le mardi 4 octobre et le jeudi 6 octobre, de 13h30 à 15h30.**

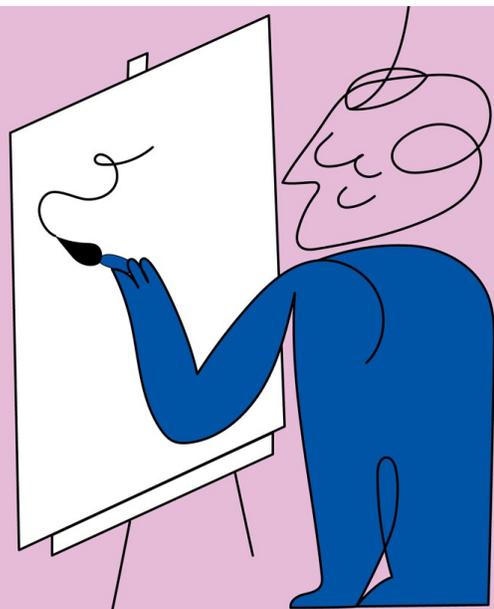
Une rencontre pour réfléchir : Vieillir, ça se passe comment pour vous? Qu'est-ce qui vieillit bien? Qu'est-ce qui vieillit mal? Qu'est-ce qui n'a pas d'âge? Tout le monde veut bien vieillir, mais pourquoi c'est difficile? Dans notre tête, dans notre cœur, dans notre corps, dans notre âme, est-ce qu'on vieillit bien?

Chose certaine, chacun de nous vit ce vieillissement de façon toute personnelle. En parler est bienfaisant et stimulant. Les animateurs du programme Antidote VIT (*Vis intensément tout de suite*) vous invitent à partager vos idées et votre expérience.

Ces deux activités se tiennent l'une au Centre communautaire Le Rendez-vous des Aînés et l'autre au Comité d'animation du troisième âge de Laval. Consultez le **site web** de la Ville de Laval pour réserver votre place gratuitement.

Semaine lavalloise des aînés

Du 1^{er} au 7 octobre



Découvrez la programmation.



evenements.laval.ca





À votre agenda



Film: *Au-delà des mots: paroles de proches aidants*

Au-delà des mots : paroles de proches aidants plonge le spectateur au cœur du parcours d'Édith et Michel, tous les deux proches aidants de leur partenaire respectif pendant 14 ans. Ce documentaire raconte leur cheminement face à l'implacable réalité de la maladie d'Alzheimer, du diagnostic au deuil.

L'entrée est gratuite. Le film est en tournée à travers le Québec. Visitez le site web de [l'Appui pour les proches aidants](#) pour savoir où il est présenté et réserver votre billet.



Laboratoire de recherche dans les Laurentides St-Jérôme - 17 octobre à 9h30



Un laboratoire de recherche et d'innovation sociale sur le vieillissement s'enracine dans les Laurentides. Avec plusieurs partenaires de la région, il vise à mieux comprendre les besoins des personnes âgées, à élaborer et expérimenter des solutions et des pratiques qui favoriseront le vieillir chez soi, dans sa communauté, le plus longtemps possible.

Le lancement sera suivi d'un atelier participatif qui réunira les partenaires et autres organismes intéressés à la démarche d'innovation, afin d'échanger sur les visions et les rôles du laboratoire selon vos réalités et vos milieux.

Cet événement se déroulera en formule hybride, en virtuel et en présentiel, le **lundi 17 octobre à 9h30** 5 rue St-Joseph à Saint-Jérôme. Pour s'inscrire, remplir [ce formulaire](#) avant le 11 octobre!

Conférence virtuelle *Au volant de ma santé* Jeudi 3 novembre

La Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ) présente gratuitement et de manière virtuelle la conférence *Au volant de ma santé*, qui s'adresse aux gens de 60 ans et plus ou à leurs proches aidants. Cette conférence d'une heure aura lieu le jeudi 3 novembre, à 10h00 et à 19h00. La conduite automobile est une activité complexe qui exige plusieurs habiletés. Cette conférence vise à informer les participants sur différents aspects en lien avec la conduite sécuritaire d'un véhicule et sur les examens de santé exigés par la SAAQ.

**Société de l'assurance
automobile**

Québec 

Pour information, contactez le 418 528-4054 ou par courriel à julie.gagnon2@saaq.gouv.qc.ca.

Quoi de neuf?

Devenir autonome numériquement

L'entreprise d'insertion à but non lucratif, Insertech, offre des formations aux aînés afin de développer leur autonomie avec la technologie, comme sur la manipulation de la souris jusqu'à prendre leur courriel. Insertech a lancé une plateforme web, **Espace aînés**, qui est dédiée à la littératie numérique des aînés.

Pour s'initier à la technologie, il est facile de créer un compte sur le site web et avoir accès à des sessions virtuelles, des discussions en ligne, des ateliers d'accompagnement, des tutoriels et d'autres types de contenu.



Accompagnateur gratuit en autocar pour les personnes handicapées



La *Carte québécoise à l'accompagnement en transport interurbain par autocar (CQATIA)* permet d'obtenir, sans frais supplémentaires, sans procédures complexes et ce, sur l'ensemble du réseau interurbain par autocar québécois, un titre de transport gratuit pour un accompagnateur d'une personne handicapée.

Ce service s'adresse à tout résident du Québec ayant besoin en raison d'une incapacité d'accompagnement pour ses déplacements interurbains. Consultez [cet article](#) pour en savoir davantage.

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.



**ÊTRE LOCATAIRE
DANS UNE RÉSIDENCE
PRIVÉE POUR AÎNÉS**

Un guide simple et pratique pour informer
les locataires de leurs droits et de leurs obligations

Votre
gouvernement

Québec

Quoi de neuf?

Rappel de vaccination COVID-19

On rappelle qu'il est important de recevoir toutes les doses de vaccins contre la COVID-19 prévues pour avoir une meilleure protection contre les variants.

Pour prendre rendez-vous, allez sur le site de [Clic Santé](#) ou téléphonez sur la ligne d'information sur le coronavirus (COVID) au **1 877 644-4545**.

Des cliniques sans rendez-vous sont mises en place selon la disponibilité des vaccins. Consultez ce [site web](#) pour connaître les cliniques de vaccination le plus près de chez vous.



Entrevue avec France Castel



France Castel, représentante de notre dernière publicité télévisuelle, était de passage à l'émission animée par Marie Griffiths sur les ondes de la station 105.1 MIKE FM, le 13 septembre dernier.

Lors de l'entrevue, la populaire comédienne a parlé de sa carrière et de sa vie, de son rôle au sein de l'AQDR et a partagé quelques conseils pour la jeune génération.

Écoutez l'entrevue en baladodiffusion sur le [site web](#) de la station de Mike FM!



Député, Member of Parliament
YVES ROBILLARD

Marc-Aurèle-Fortin

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

yves.robillard@parl.gc.ca

www.yvesrobillard.com



[f @YvesRobillardPLC](https://www.facebook.com/YvesRobillardPLC)

[t @YvesRobillardPLC](https://twitter.com/YvesRobillardPLC)



**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**

Le groupe *Les Vigies*

La question mensuelle

Croyez-vous que depuis le début de la campagne électorale, les partis politiques s'intéressent aux enjeux touchant les personnes âgées? Et selon vous, quel enjeu devrait être priorisé pour améliorer les conditions de vies des personnes âgées ?

Il est clair que la campagne électorale n'a pas permis de mettre de l'avant les enjeux concernant les aînés. Les enjeux politiques sont toujours les mêmes. Les politiciens donnent l'impression qu'ils s'intéressent qu'à notre vote, car ils nous font constamment de belles promesses qui ne se rendent jamais à nous. On décide de ce dont les personnes âgées ont besoin et surtout de ce qui impressionne.



En ces temps d'inflation élevée, il est prioritaire de revendiquer un revenu digne et respectueux de l'apport des aînés à notre société. Le deuxième enjeu important, me semble-t-il, est celui du droit au logement. Les Résidences pour aînés ont fait les manchettes, entre autres, celle du Mont-Carmel. Ce qui s'y passe est carrément indécent et immoral. Et elle n'est pas la seule. Les aînés ne doivent pas faire les frais de spéculateurs. Des lois doivent empêcher des changements sauvages de vocation de RPA qui ne respectent pas les contrats signés.

De plus, les candidat.es n'ont aucunement mentionné l'idée de créer un ministère des Aînés pour que la réalité des aînés soit mieux prise en considération. Mais, ils parlent plutôt de construire le plus de maisons des aînés possible. A-t-on vraiment besoin pour les personnes âgées de luxueuses maisons dans lesquelles elles n'ont jamais vécu? Pourquoi les regrouper dans des maisons où ils n'ont jamais voulu vivre? Dans des quartiers qu'ils ne connaissent pas loin de leurs proches.

Faire valoir la parole des aînés est notre priorité! Vous souhaitez partager votre opinion concernant vos droits et répondre à nos questions mensuelles? Communiquez avec nous pour faire partie de notre groupe *Les Vigies*.

JOURNÉE INTERNATIONALE DES AÎNÉS

1^{er} octobre 2022



CONFÉRENCE
des Tables régionales de concertation
des aînés du Québec

En partenariat avec :

Québec 

LAVAL
RÉGION HÔTE
— 2022 —

Avec eux, pour eux

Vos droits

Nouvelle loi pour les personnes inaptes

Les personnes inaptes sont des citoyens à part entière. Il est donc important de leur offrir des mesures de protection adaptées à leurs facultés et à leur situation personnelle, afin de leur permettre d'être le plus autonomes possible.

À cet effet, une nouvelle loi visant à mieux protéger les personnes en situation de vulnérabilité entrera en vigueur le 1^{er} novembre 2022. Le tribunal pourra moduler la tutelle selon six principaux objets de modulation distincts, qui permettront de l'adapter aux facultés de la personne pour déterminer les décisions qu'elle pourra prendre ou les actes qu'elle pourra faire seule ou avec l'aide de son tuteur. Apprenez-en plus, en consultant [cette brochure](#).



Observations à la défenseure fédérale du logement



La défenseure fédérale du logement a lancé un outil en ligne pour recevoir les observations du public sur des enjeux systémiques et des besoins insatisfaits en matière de logement partout au Canada.

Si vous avez des problèmes en matière de logement, il est possible de partager votre expérience sur cette [plateforme](#) et la défenseure vous proposera des solutions.

LIGNE AIDE ABUS ÂNÉS

1 888 489-2287

7 JOURS SUR 7 DE 8 H À 20 H

LA
MALTRAITANCE

envers les personnes âgées

c'est inacceptable!

N'hésitez pas à en parler

#ChaquePersonneCompte

Votre
gouvernement

Québec



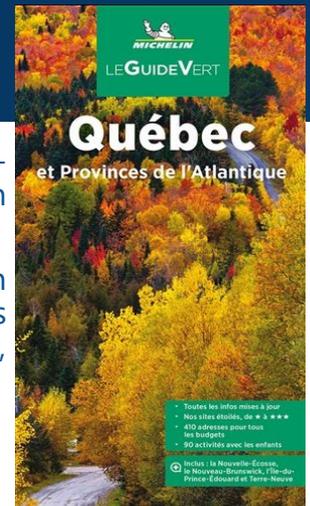
Suggestions de lecture

Québec et provinces de l'Atlantique

Le Québec rime avec grands espaces, faune exceptionnelle et nature omniprésente. C'est la parfaite destination pour vivre une expérience ressourçante en nature, particulièrement l'automne.

Ce livre donne des informations pratiques et culturelles pour préparer son voyage dans ces provinces canadiennes. Avec des itinéraires de visite, des idées d'activités, des descriptions de sites ainsi qu'une sélection d'adresses : hôtels, restaurants, commerces, entre autres.

Consultez ce [lien](#) pour en savoir davantage.



Cocktails et amuse-bouche : 50 recettes autour du cidre



Le cidre véhicule l'image du terroir, activement soutenue par ses fabricants. Il est possible de faire de nombreuses recettes avec cette boisson à base de jus de pomme fermenté.

La saison des pommes bat son plein et c'est l'occasion de faire des expériences et de découvrir le cidre.

Entre autres, ce livre propose des recettes de cocktails et de boissons apéritives à base de cidre doux ou brut ainsi que d'amuse-bouche pour les accompagner : mini-brochettes ananas-basilic, samossas anchois-parmesan, toasts au camembert, entre autres.

Consultez ce [lien](#) pour en savoir davantage.



BLOC Québécois

Pour nous joindre !

789, rue de la Madone
Mont-Laurier
(Québec) J9L 1T3
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

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

Maintien à domicile



Signez pour un virage en soutien à domicile !



Alors que les effectifs en soutien en domicile manquent partout, il faut faire intervenir les bons intervenants au bon moment. Les aides à domicile des entreprises d'économie sociale en aide à domicile (EÉSAD) ont déjà une excellente relation de confiance avec leurs usagers.

La cause *Chez moi pour la vie* appelle le gouvernement à accélérer le virage vers le soutien à domicile afin de respecter le premier choix des aînés, des personnes en perte d'autonomie ou ayant des limitations fonctionnelles: rester chez soi pour la vie !

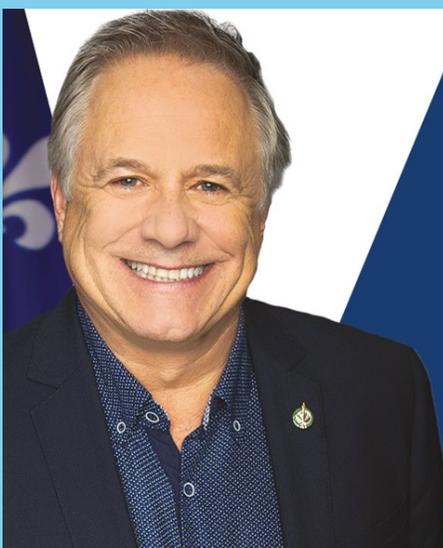
Un **formulaire d'appui** est disponible sur leur site web afin d'obtenir le plus grand nombre de signataires pour supporter ce mouvement.

Entrevue

Au-delà des mots : paroles de proches aidants

Josué Bertolino, réalisateur du film *Au-delà des mots : paroles de proches aidants*, et Stéphanie Charette, directrice des communications à *l'Appui pour les proches aidants*, était de passage à Canal M pour discuter de l'origine de ce film, de l'histoire d'Édith et de Michel, de la réalité des personnes proches aidantes ainsi que de la technicité du tournage.

Écoutez cette entrevue sur le **site de Canal M!**



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



38 SOLUTIONS
POUR LA DIGNITÉ DES AÎNÉS



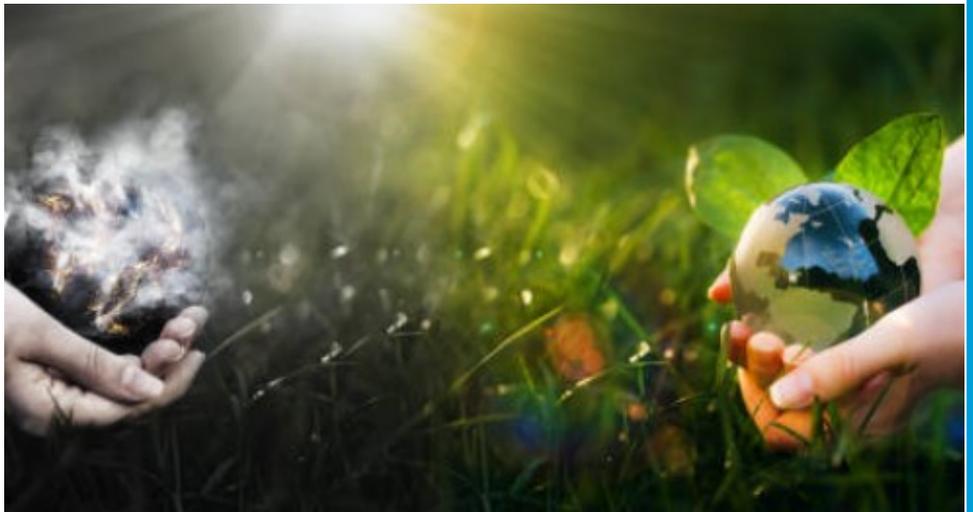
Nos membres

Hold-up de l'avenir

Quelques mois avant la tenue du sommet pour le climat tenu en novembre dernier à Glasgow (COP 26), était lancée la Glasgow Financial Alliance for Net Zero, sous l'égide de l'ONU, destinée à accélérer le désinvestissement des énergies fossiles du secteur financier d'ici 2050.

Cinq grandes banques canadiennes en font partie et ont pris des engagements clairs pour répondre aux critères de cette organisation dans le but d'atteindre cet objectif : la Banque Royale (RBC), la Banque Scotia, la Banque de Montréal, la banque Toronto Dominion, et la CIBC.

Or nous apprenions au printemps dernier que ces cinq banques, malgré les appels pressants du Groupe International d'experts sur l'évolution du climat (GIEC) à désinvestir ce secteur, ont même augmenté leur financement à cette industrie.



- ⇒ Alors que des feux immenses ont ravagé des milliers de kilomètres carrés de forêts à travers le monde cet été;
- ⇒ alors que la Chine et la Californie connaissent sur l'ensemble de leur territoire une période de canicule et de sécheresse qui réduit fortement le débit de leurs affluents, restreignant leur capacité de production électrique et agricole, la récolte automnale étant sérieusement menacée en Chine;
- ⇒ alors qu'une étude du programme Agri-Climat conclut que l'eau est la préoccupation majeure dans tous les secteurs agricoles et dans toutes les régions du Québec.

Je propose deux pistes d'action pour donner des chances à un avenir « sécuri-terre » pour nos enfants et petits-enfants :

- ◆ que l'AQDR joigne sa voix à celles de toutes les organisations qui dénoncent le comportement irresponsable de ces institutions financières.
- ◆ que l'AQDR se dote d'un comité Environnement pour promouvoir le droit à un environnement sain, en gardant en tête que le droit à la sécurité alimentaire se situe à la base de notre capacité de défendre tous les autres droits.

Pierre Prud'homme, membre de l'AQDRLL



Revue de presse



Une caméra dans chaque chambre des maisons des aînés au Québec, Radio-Canada, 2 septembre

Un revenu viable pour sortir les aînés de la précarité, TVA Nouvelles, 8 septembre

Annonce reportée de la hausse ponctuelle des remboursements de TPS et l'aide au loyer, La Presse Canadienne, 8 septembre

Les résidences pour aînés sans but lucratif se disent au bord du gouffre, La Presse, 14 septembre

Des nutritionnistes en résidence pour aider les aînés à rester autonomes, Radio-Canada, 15 septembre

Détecteurs de chute : utiles, mais pas infallibles, Radio-Canada, 20 septembre

Poursuite de 9 M\$ contre des résidences pour aînés, TVA Nouvelles, 22 septembre

La mise en place d'un ministère des Aînés réclamée, Courrier Laval, 24 septembre

Voici comment on devrait prendre soin de nos aînés, La Presse, 25 septembre

Legault promet des maisons des aînés «partout» pour tous, La Presse, 27 septembre

Quelques conseils pour éviter l'exploitation financière des aînés, Le Soleil, 30 septembre

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 couvrait 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





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

