

INFO



AQDR

LAVAL  
LAURENTIDES

## Bulletin d'information novembre 2023 N° 106



**D**epuis plus de 40 ans, l'Association québécoise pour la défense des droits des retraités et préretraités (AQDR) est le porte-voix de 30 000 personnes de 50 ans et plus.

Ceci afin de défendre et promouvoir les droits des personnes retraitées pour assurer un avenir meilleur aux générations à venir.

Le Québec est présentement en pleine crise du coût de la vie. Tout coûte plus cher : les logements, la nourriture, les médicaments. Les plus touchés par cette crise sont les plus vulnérables, ce qui inclut les aînés qui ne vivent que des prestations gouvernementales. Leur revenu n'atteint pas le seuil du revenu viable, celui qui permet de vivre dignement. C'est très préoccupant. Il faut agir.

C'est pourquoi nous lançons une campagne de mobilisation et de sensibilisation des élus. Les solutions s'articulent autour de deux axes.

**À court terme**, hausser les prestations publiques pour que tous les aînés aient un revenu viable. Selon l'Institut de recherche IRIS, ce revenu varie entre 27 000 \$ et 45 000 \$ selon la région pour une personne seule, alors qu'un

aîné bénéficiant du Supplément de revenu garanti reçoit au plus 21 399 \$ en 2023. L'an dernier, le gouvernement a bonifié le Crédit d'impôt remboursable pour le soutien aux aînés, le haussant de 411 \$ à 2 000 \$. C'était un bon pas; il faut en faire un autre en le bonifiant encore et en l'offrant aux personnes de 65 à 69 ans.

**À long terme**, on doit considérer qu'il y a deux classes d'aînés au Québec. La première détient un fonds de pension privé ou de l'épargne personnelle. La seconde n'a ni l'un ni l'autre. Il faut donc aussi s'attaquer aux causes structurelles.

Il s'agit de créer des régimes de retraite obligatoires afin que tous aient un revenu d'appoint en plus des pensions de base. C'est complexe, mais un mandat doit être donné afin d'étudier cette voie.

On doit donc à la fois aider les aînés d'aujourd'hui et penser à ceux de demain.

Nous sommes donc en campagne pour réclamer ces changements auprès de tous les députés de l'Assemblée nationale. N'hésitez pas à leur écrire ou à demander à votre section locale un modèle de lettre à transmettre à vos élus.



Conférence de presse de lancement de la campagne, avec, de gauche à droite : Pierre-Claude Poulin, responsable du comité Revenu et fiscalité de l'AQDR; Pierre Lynch, président; Lucie Racicot, membre du CA et membre du comité organisateur de l'Assemblée des présidents



# À votre agenda



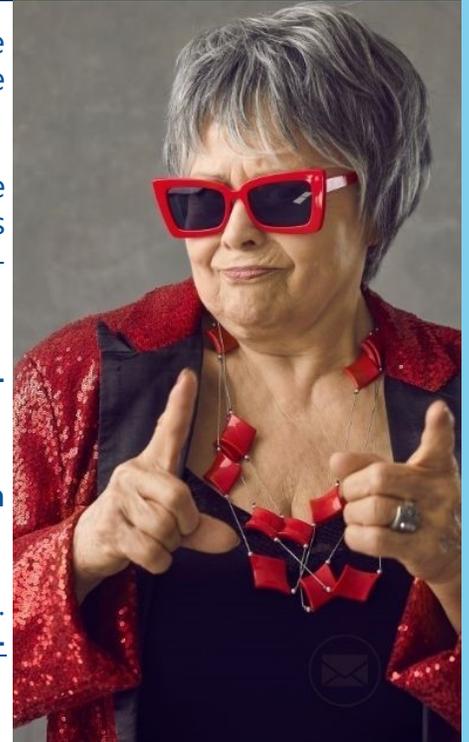
## Conférence *Ado à 70 ans et plus ... !* Jeudi 23 novembre et mardi 28 novembre à 13h30

Animée par Julie Gravel, psychologue et directrice générale de l'Antr'Aidant, cette conférence vise à vulgariser et dédramatiser le vieillissement comme un processus à la fois individuel et social.

Vous comprendrez que le vieillissement n'est pas si loin de la crise d'adolescence. Comment reconnaître les principales forces qui nous permettent de traverser et optimiser les crises de l'adulte vieillissant ?

- ◆ **Jeudi 23 novembre au Centre d'action bénévole de Saint-Jérôme**
- ◆ **Mardi 28 novembre au Carrefour Axion 50 plus de Laval à 13h30, salle 221**

Les conférences sont gratuites, mais la réservation est obligatoire. Communiquez avec nous au 450-978-0807 ou par courriel à [aqdr.laval@aqdr.org](mailto:aqdr.laval@aqdr.org).



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](mailto:yves.robillard@parl.gc.ca)  
[www.yvesrobillard.com](http://www.yvesrobillard.com)



@YvesRobillardPLC

@YvesRobillardPLC

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](http://www.caaplaval.com)



# À votre agenda



## Dîner de Noël de l'AQDRLL

Laval, mardi 5 décembre, 11h30

Le traditionnel dîner de Noël des membres de l'AQDR Laval-Laurentides est de retour au Château Royal de Laval, le **mardi 5 décembre à 11h30**.

Venez déguster un repas gastronomique en bonne compagnie pour célébrer Noël !

Chaque année, les membres de l'AQDRLL s'y donnent rendez-vous avec famille et amis.

**Prix de présence, danse, animation et plaisir garantis !**



### \*\*\*\*\*Menu\*\*\*\*\*

*Salade verte, cœurs de romaine, tomates cerises, oignons verts, radis émincés, vinaigrette maison*

*Potage à la courge butternut, muscade rôtie et crème de noix de coco au paprika*

*Poitrine de poulet grillée, demi-glace aux canneberges*

*Bûche de Noël*

*Vin, café et thé*

Prix des billets : 35 \$ pour les membres et 40 \$ pour les non-membres.

**Réservation avant le 28 novembre au 450-978-0807 ou au 1-844-978-0807 (sans frais).**



**VALÉRIE SCHMALTZ**  
DÉPUTÉE DE VIMONT

☎ 450 628-9269  
✉ Valerie.schmaltz.VIMO@assnat.qc.ca

📍 4650 Boul. des Laurentides, bur. 415  
Laval (QC) H7K 2J4

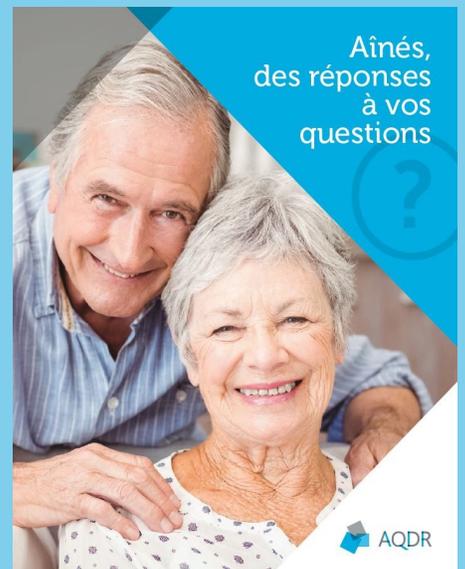


ASSEMBLÉE  
NATIONALE  
DU QUÉBEC

Mon bureau de circonscription de Vimont est disponible pour répondre à vos demandes d'aide qui concernent un ministère, une agence ou une société d'État québécoise, tels que :

- Revenu Québec
- Retraite Québec
- Hydro-Québec
- CISSS de Laval
- Tribunal administratif du logement
- Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ)
- Emploi et Solidarité sociale
- Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ)

*Au service des citoyens de la circonscription de Vimont.*



Aînés,  
des réponses  
à vos  
questions





# À votre agenda



## La fiscalité

Laval, mardi 14 novembre, 19h00



Au cours de cette rencontre, le conférencier passionné de la finance, Michel Rouleau – planificateur financier CIM, expliquera comment établir un plan d'investissement solide dans le but d'atteindre ses objectifs et de réduire ses impôts.

Cette conférence, organisée par le Comité des usagers du CISSS de Laval aura lieu le **mardi 14 novembre à 19h00 au Carrefour Axiom 50 plus** à Laval.

Réservez dès maintenant [votre place en ligne](#).

## Démystifier la transition vers la fin de vie grâce au théâtre Saint-Jérôme, mardi 7 novembre, 19h00

Cette docufiction s'appuie sur le regard croisé de soignants, de proches aidants, de patients et d'artistes. Elle a pour objectif de démystifier les soins palliatifs et la transition vers la fin de vie alors que ces thèmes sont des tabous encore bien présents dans notre société.

Par Andréanne Côté, médecin en soins palliatifs, accompagnée d'un intervenant en soins palliatifs de la région, **mardi 7 novembre à 19h00, salle Antony-Lessard**, à St-Jérôme.

Conférence offerte dans le cadre d'un partenariat avec la TRARA, l'AREQ, FADOQ-Laurentides et le Comité des usagers de Saint-Jérôme du CISSS des Laurentides.

Pour information, appeler la TRARA au 450-592-4899 ou [s'inscrire en ligne](#).



ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

*Céline*  
**HAYTAYAN**  
DÉPUTÉE DE LAVAL-DES-RAPIDES

☎ 450 668-6077  
📍 400 boul. Saint-Martin Ouest, bur. 309  
Laval, Québec H7M 3Y8  
✉ Celine.Haytayan.LDR@assnat.qc.ca

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](http://www.caaplaval.com)

# Quoi de neuf ?

## Entente pour contrer la maltraitance et promouvoir la bientraitance envers les personnes âgées

Le 12 octobre dernier, les partenaires du *Comité prévention maltraitance aînés de Thérèse-De Blainville*, dont l'AQDR Laval-Laurentides, ont procédé à la signature de l'Entente de collaboration pour contrer la maltraitance et promouvoir la bientraitance envers les personnes âgées.

Depuis plusieurs années, les partenaires de la MRC de Thérèse-De Blainville travaillent ensemble sur le dossier de la lutte à la maltraitance envers les personnes âgées. Il en a découlé, en 2018, une première entente inspirant la poursuite des actions et le développement de nouvelles stratégies touchant les différents acteurs du milieu : santé, organismes communautaires, habitation, police.

Mise à jour en 2023, cette entente établit les modalités de collaboration entre les partenaires afin d'assurer une cohésion des interventions concernant la maltraitance à l'égard des personnes âgées, dans une approche concertée. Elle permet de maintenir une collaboration systématique et dynamique en se familiarisant avec les interventions respectives de chacun, de bénéficier d'accompagnement, d'expertise et d'outils et d'assurer une complémentarité des services.



Les partenaires impliqués s'engagent à diffuser et promouvoir cette entente de collaboration dans leur point de service respectif, ainsi qu'à collaborer en accompagnement multipartenaire lorsqu'opportun.

Le travail en partenariat permet de bonifier et de faciliter les pratiques de lutte contre la maltraitance et d'améliorer l'accessibilité et la continuité des services.

[Plus d'information sur notre site web](#)

# Louise Lortie

conseillère municipale  
de Marc-Aurèle-Fortin

l.lortie@laval.ca | 514 962-1090



# Quoi de neuf ?

## Soutien psychosocial pour proches aidants

Vous avez besoin d'être écouté, soutenu, outillé, informé ou dirigé vers les bonnes ressources ?

Vous avez besoin de parler de votre réalité de proche aidant ? Vous avez des questions sans réponses ? N'hésitez pas à communiquer avec le Centre d'action bénévole Les Artisans de l'Aide.

Le centre offre des rencontres par téléphone, à domicile et à leur bureau pour les résidents de la MRC Thérèse-De-Blainville

Pour information : 450 472-9540, poste 229 ou via courriel [cabel@cabartisans.org](mailto:cabel@cabartisans.org)

## Resources for english-speaking population of the Laurentians

This resource guide has been compiled by 4Korners to assist the English-speaking population of the Laurentians in locating local, Provincial and Federal resources and services in English.



You can consult the Resources guide by [clicking this link](#).



I R I S |



### offres exclusives

AUX MEMBRES DE L'AQDR LAVAL-LAURENTIDES

**Économisez 150 \$** sur des lunettes de prescription. Pour vous inscrire, visitez [iris.ca/avantages](http://iris.ca/avantages) et utilisez votre **code d'accès : AQDRNAT** ou prendre rendez-vous dans une boutique IRIS.

#### CENTROPOLIS

1885 Blvd. Daniel-Johnson  
450.687.4233

#### SAINTE-ROSE

633 Boulevard Curé-Labelle  
450.622.2725

#### SAINTE-DOROTHÉE

31 Boulevard Samson  
450.689.4747

# Quoi de neuf ?

## Politique de développement social à Blainville

Dans le cadre de l'élaboration de sa politique de développement social, la Ville de Blainville invite ses citoyennes et ses citoyens âgés à un forum qui aura lieu le samedi 25 novembre 2023 à l'école secondaire Lucille-Teasdale, de 9 h 30 à 14 h. Venez faire part de vos réflexions et de vos suggestions pour améliorer votre qualité de vie!

Pour vous inscrire [cliquez ici](#)



## Pétition concernant le bail en RPA

La pétition demande l'ajout d'une section spécifique aux baux entre les résidences privées pour âgés (RPA) et leurs résidents dans le projet de loi n° 31.

On demande notamment l'utilisation obligatoire des formulaires du Tribunal administratif du logement et l'établissement d'une grille de prix pour les services personnels destinés aux personnes âgées qui reflète le coût réel de la main-d'œuvre pour ces services.

**Date limite pour signer la pétition : 4 décembre 2023.**

Pour signer, [c'est ICI](#)



**Stéphane  
BOYER**

Maire de Laval

**Sandra  
EL-HELOU**

Conseillère municipale de Souvenir-Labelle  
Membre associée du comité exécutif  
Responsable du dossier des Aînés

## Connaissez-vous le 211 ?

Le 211 est un service téléphonique d'information et de référence de services sociocommunitaires.

Ligne confidentielle, gratuite et ouverte  
7 jours sur 7, de 8 h à 18 h.



514 702 2225



s.el-helou@laval.ca

# Quoi de neuf ?

## Portrait des femmes âgées au Québec

De nouvelles données sont disponibles concernant les femmes âgées du Québec. Réalisé par l'Institut de la statistique du Québec, en partenariat avec le Secrétariat aux aînés, ce portrait se veut un complément au **Portrait des personnes âgées au Québec**, diffusé en mai dernier. Il vise à mettre en lumière différentes facettes de la vie des femmes âgées et présente une cinquantaine d'indicateurs regroupés sous cinq grands thèmes : population, travail et retraite, conditions de vie matérielles, participation sociale et mode de vie.

[En savoir plus.](#)



## Viellissement et aspirations des personnes âgées



Les actes du colloque *Viellissement et aspirations des personnes âgées*, organisé en mai 2023 par VITAM — Centre de recherche en santé durable, sont désormais disponibles.

Les différents ateliers ont chacun fait l'objet d'une synthèse comprenant un résumé des discussions et une présentation des principales idées qui en sont ressorties.

[Consulter le document.](#)

**Claude Larochelle**

conseiller municipal  
de Fabreville (Champfleury, Bergerac et Fabreville-Est)

cl.larochelle@laval.ca | 438 491-7069



LES  
**comités**  
DES **usagers**

AVEC VOUS,  
PARTOUT!

# Maintien à domicile

## Reprise des visites de personnes âgées dans la MRC Thérèse-De Blainville

Dans le but de favoriser un milieu de vie sain et sécuritaire pour les personnes âgées qui souhaitent demeurer dans leur maison, les partenaires impliqués au programme RAPPID+OR-SÉCUR+OR sont heureux d'annoncer la reprise des visites à domicile pour l'année 2023-2024.

Ce programme est aujourd'hui disponible dans chaque municipalité de la MRC Thérèse-De-Blainville et consiste en une visite préventive chez les résidents de plus de 65 ans, avec remise d'une trousse contenant plusieurs informations et objets favorisant la sécurité à domicile

Le pompier vérifiera les avertisseurs de fumée, les systèmes de chauffage, les surcharges électriques ou toute autre situation potentiellement dangereuse. Il remettra une trousse comprenant, au besoin, des articles pouvant renforcer la sécurité (détecteur de fumée avec pile, tapis de bain pour prévenir les chutes, veilleuse, etc.). Cette trousse est principalement financée par l'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées Laval-Laurentides (AQDRLL), ainsi que par les municipalités et divers commerces.

Pour plus d'informations et pour s'inscrire afin de planifier une visite RAPPID+OR-SÉCUR+OR, nous vous invitons à contacter le Centre d'action bénévole Solange-Beauchamp à [info@cabsb.org](mailto:info@cabsb.org) ou au 450 430-5056 poste 231.

### RAPPID+OR/ SÉCUR+OR

VIVRE À SON  
DOMICILE EN  
SANTÉ ET EN  
SÉCURITÉ, C'EST  
POSSIBLE!

450.430.5056  
poste 231



Programme de prévention pour les personnes de 65 ans et +



**Marie-Hélène Gaudreau**  
députée de  
Laurentides-Labelle

*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](mailto:mh.gaudreau@parl.gc.ca)  
[mhgaudreau.quebec](mailto:mhgaudreau.quebec)



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**

# Vos droits

## Un sondage du CISSS des Laurentides

Le Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) des Laurentides travaille activement à revoir et à améliorer ses pratiques en matière de partenariat de soins entre le personnel médical, l'usager, sa personne proche aidante et les partenaires de la communauté.

C'est pourquoi le CISSS invite les personnes proches aidantes ayant vécu l'hospitalisation de leur personne aidée à répondre à un sondage en ligne afin de connaître leur appréciation de l'expérience vécue et du suivi des soins et services après l'hospitalisation. Vous pouvez répondre au sondage via le lien suivant : [sondage en ligne](#)

**Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
des Laurentides**

**Québec** 

## Hébergement des aînés : vos droits et vos recours

Vous êtes sur le point de quitter votre domicile ou vous l'avez déjà quitté pour aller vivre dans un hébergement pour aînés ? Vous avez des droits, que vous viviez dans une résidence privée pour aînés (RPA), dans un centre d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD) ou dans une ressource intermédiaire (RI, appartement supervisé ou toute autre maison de retraite réglementée par le gouvernement et qui offre un milieu de vie encadré).

En cas de problème, vous avez aussi certains recours.

[Lire la suite sur le site Éducaloi](#)



**éducaloi**

Savoir c'est pouvoir

**Axion** <sup>50 plus</sup>

Carrefour socioculturel et sportif

**Joignez le plus grand centre  
socioculturel et sportif pour  
les 50 ans et plus au Québec !**

Plus de 100 cours et ateliers

- Activités physiques
- Cours zen
- Danse et musique
- Arts et culture
- Sorties culturelles
- Événements et soirées
- Ateliers et conférences
- Bridge, billard, pickleball
- Et plus encore...

**GYM AXION**

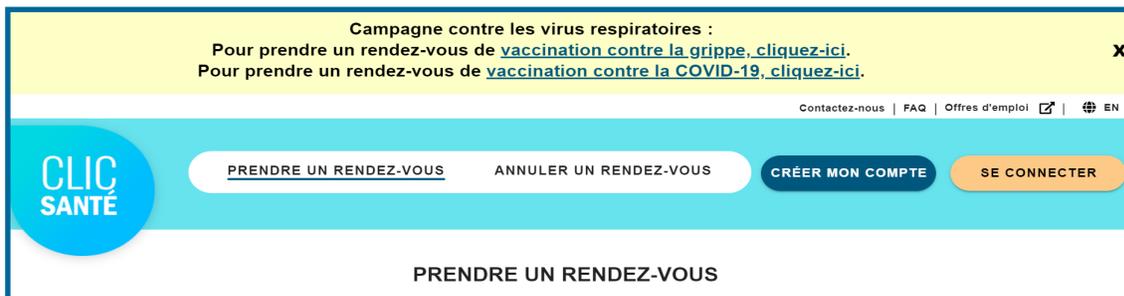
ouvert à l'année !  
kinésologues sur place  
évaluations et programmes  
personnalisés

**Carte de membre 25 \$**

435, boul. Curé-Labelle Sud  
Laval H7V 2S8  
Tél. 450-978-5555  
[www.axion50plus.org](http://www.axion50plus.org)

# Campagne de vaccination contre les virus respiratoires

La campagne de vaccination contre les infections respiratoires comme la COVID-19 et la grippe est commencée pour l'ensemble de la population et la prise de rendez-vous est disponible dès maintenant. Précisons que la vaccination contre la grippe et la COVID-19 est particulièrement recommandée aux personnes à risque de développer des complications si elles contractent ces infections respiratoires, ainsi qu'aux travailleuses et aux travailleurs du domaine de la santé. La vaccination contre la COVID-19 et la grippe est gratuite.



La prise de rendez-vous est disponible sur **Clic Santé**. On peut également prendre rendez-vous par téléphone au 1 877 644 4545, du lundi au vendredi, de 8 h à 18 h. Il sera possible de recevoir le vaccin contre la grippe et celui contre la COVID-19 au cours de la même séance de vaccination. Une option a été prévue sur Clic Santé afin de permettre la réservation d'un rendez-vous pour recevoir les deux vaccins lors de la même visite.

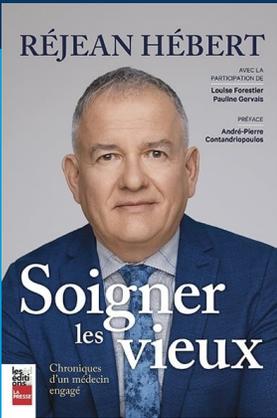
En ce qui a trait aux tests rapides de dépistage de la COVID-19, rappelons qu'ils sont disponibles gratuitement dans les points de service locaux pour la population générale. En raison de l'évolution de la situation au cours des derniers mois, leur distribution en pharmacie est réservée aux clientèles vulnérables. Des boîtes de tests demeurent également accessibles dans les établissements scolaires et les services de garde éducatifs à l'enfance.





# Suggestions de lecture

## Soigner les vieux



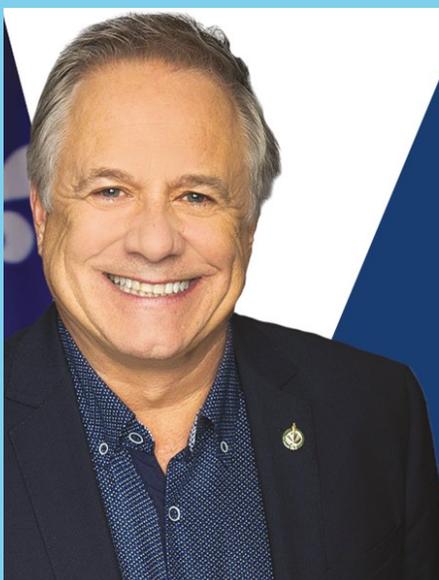
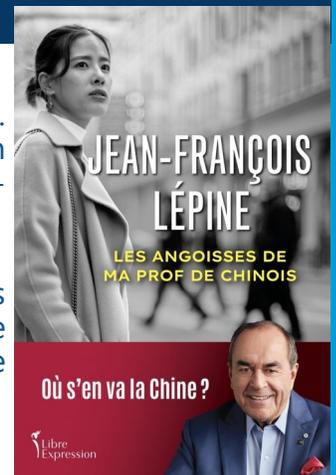
Soigner les vieux, c'est d'abord adapter le système de santé au vieillissement de la population. Soigner les vieux, c'est aussi permettre aux personnes âgées de participer pleinement à la société. Soigner les vieux, c'est enfin tirer des leçons de la pandémie de COVID-19. Soigner les vieux, c'est la mission que poursuit le Dr Réjean Hébert pour un meilleur système de soins public et une société plus juste, inclusive et respectueuse de tous ses citoyens et citoyennes.

« Ce livre pourrait être au centre d'un consensus suffisamment large pour entraîner une véritable « refondation » du système de santé du Québec et implicitement de notre société. »

## Où s'en va la Chine ?

Jean-François Lépine fréquente la Chine et les Chinois depuis quarante ans. D'abord comme journaliste à Pékin au début des années 1980, jusqu'à un mandat de près de six ans, qui s'est terminé en juin 2021, en tant que diplomate à la tête du réseau des Représentations du Québec en Chine.

Dans ce livre, il nous présente, grâce aux témoignages recueillis auprès des Chinois au cours de ces quarante années – dont ceux de sa professeure de mandarin –, un portrait de ce peuple qui rêve de reprendre sa place au centre du monde, ce qu'il pense de nous et ce que nous pouvons apprendre de lui.



**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

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.



# Revue de presse



**Des centaines de personnes marchent pour l'épanouissement des aînés**, La Presse 1er octobre 2023

**Attente pour les places en CHSLD : C'est long à mort**, La Presse 2 octobre 2023

**Pour en finir avec le mot « abordable »**, La Presse le 4 octobre 2023

**41 000 \$ volés par des employés à des résidents autistes et déficients intellectuels**, Radio-Canada le 4 octobre 2023

**Les aînés exigent des mesures pour un «revenu viable» à la retraite**, Infodimanche, 5 octobre 2023

**Québec doit venir en aide aux aînés selon l'AQDR** | Radio-Canada.ca 5 octobre 2023

**QS réclame des mesures pour aider les aînés**, La Presse 16 octobre 2023

**Rénovation des habitations à loyer modique (HLM) - La Société d'habitation du Québec et l'Office régional d'habitation d'Argenteuil en action pour le mieux-être des locataires**, 26 octobre 2023

**La nouvelle Maison des Aînés de Sainte-Agathe-des-Monts ouvre ses portes** | L'info du Nord Sainte-Agathe 24 octobre 2023

**Six ex-premiers ministres critiquent la réforme Dubé**, La Presse 24 octobre 2023



**YVES LÉGARÉ**  
Complexes funéraires

*Avec vous™*

## RASSUREZ VOS PROCHES ET VOUS AUSSI!

**Offre exclusive**

**OPTEZ POUR LES  
PRÉARRANGEMENTS  
FUNÉRAIRES**



**Fiers partenaires de l'AQDR**

**POUR LES MEMBRES DE L'AQDR, 10% DE RABAIS  
SUR NOS BIENS ET SERVICES À L'ACHAT D'UN CONTRAT  
DE PRÉARRANGEMENTS FUNÉRAIRES\*.**

**514 595.1500 | 1 800 454.8767 | [yveslegare.com](http://yveslegare.com)**

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

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



# 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

## 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 4 000 membres.

Nos droits, apprenons à les connaître, à les défendre!

Suivez-nous sur **Facebook**

et sur notre site [aqdr.laval.org](http://aqdr.laval.org)



## Nos partenaires

