

INFO



AQDR

LAVAL
LAURENTIDES

Bulletin d'information juin 2026 N° 133

Un printemps marqué par l'engagement et la mobilisation

Alors que cette édition marque notre dernier bulletin avant la pause estivale, nous souhaitons prendre un moment pour souligner les nombreuses initiatives qui ont animé ce printemps à l'AQDR Laval-Laurentides. Les dernières semaines ont été bien remplies, entre conférences, activités sur le terrain, mobilisation citoyenne et préparation de notre assemblée générale annuelle (AGA), qui approche déjà à grands pas.

Le mercredi 10 juin prochain, nous aurons le plaisir de tenir notre AGA à Laval. Cette rencontre importante permettra de revenir sur les réalisations de la dernière année, mais aussi d'échanger ensemble dans une ambiance conviviale, autour d'activités spéciales liées à la bienveillance envers les personnes âgées.

Nous poursuivons également notre implication dans différentes actions de sensibilisation sur le territoire. Dans le cadre de la Journée mondiale de lutte contre la maltraitance envers les personnes âgées, notre équipe sera présente à Laval, à Saint-Jérôme et à Blainville afin de rencontrer les citoyens, distribuer de l'information et rappeler l'importance du respect, de la dignité et de la sécurité des aînés.

En mai dernier, plusieurs citoyens se sont mobilisés à nos côtés dans le cadre d'actions publiques organisées en vue des prochaines élections provinciales. À Laval et dans les Laurentides, des participants ont levé des pancartes portant nos revendications liées au logement, au revenu, au transport et au maintien à domicile. Ces gestes symboliques rappellent que les enjeux vécus par les personnes âgées doivent demeurer au cœur des discussions publiques.

Nous vous souhaitons un excellent été et avons déjà hâte de vous retrouver en septembre pour notre prochaine édition.

L'équipe de l'AQDR Laval -Laurentides





À votre agenda



Assemblée générale annuelle de l'AQDR Laval-Laurentides Mercredi 10 juin | 13h30



Membres du conseil d'administration de l'AQDRLL en 2025: Lorraine Brunelle, Madeleine Leduc, Johanne Gilbert, Pierre Lynch, Flora Destinée Hounounou, Louise Chiasson, Marie Claude Lebel

L'AQDR Laval-Laurentides vous invite chaleureusement à son assemblée générale annuelle, qui se tiendra le mercredi 10 juin 2026 à 13 h 30, à Axion 50 plus, salle 209, à Laval. Cette rencontre sera l'occasion de revenir sur les réalisations de la dernière année et de présenter les projets à venir.

Les participants pourront également assister à une conférence sur la bienveillance animée par Isabelle Tremblay, participer à un jeu interactif, prendre part aux élections du conseil d'administration et terminer l'après-midi autour d'un cocktail dînatoire convivial.

Une trousse pour une alimentation saine, *Le goût de vieillir en santé* de La Table des Chefs, sera aussi remise aux participants. L'inscription est obligatoire avant le 5 juin 2026 et tous sont les bienvenus à l'assemblée. Les documents liés à l'AGA, dont l'avis de convocation, sont disponibles sur notre [site web](#). Pour réserver votre place, contactez-nous au 450-978-0807 ou écrivez-nous à aqdr.laval@aqdr.org.



VALÉRIE SCHMALTZ
DÉPUTÉE DE VIMONT
À L'ASSEMBLÉE NATIONALE

☎ 450 628-9269
✉ valerie.schmaltz.vimo@assnat.qc.ca



- Écoute active
- Aide pratique
- Orientation vers les services

Services aux aînés
lavallois :

un vaste réseau
à votre portée

Laissez-nous
vous prêter
main-forte.



Information :

- Info-Social : 811, option 2
- Réseau communautaire : 211
- lavalensante.com/aines





À votre agenda



Conférence CUCSSS à Laval

Mardi 9 juin | 19h00

Sujet : Lâcher-prise à tout moment, Emmanuel Sabouret, formateur, coach et auteur

Principe facile à comprendre et qui peut se pratiquer dans le respect de ses responsabilités professionnelles et personnelles. Stress et anxiété, des mots utilisés à profusion depuis de nombreuses années. Les médias recherchent et nomment des responsables chaque jour, en faisant des liens avec des causes qui n'agissent pas sur l'état d'esprit. Utiliser la peur pour créer des évidences appartient à ceux qui s'en nourrissent pour obtenir, gagner, vendre. Imaginez, pouvoir vous détacher de charges émotionnelles, d'obligations, de responsabilités qui vous sont imposées, alors que vous pourriez être plus performant et serein sans un poids qui vous a été imposé.



COMITÉ DES USAGERS
DU CENTRE DE SANTÉ ET
DE SERVICES SOCIAUX DE LAVAL

Cette conférence captivante permettra à chacun de prendre conscience des possibilités de faire ses choix, afin d'être encore plus performant, sans contrainte, facilement et simplement.

Carrefour Axion 50 plus, 435 Boul. Curé Labelle, salle 101. Admission : Cette conférence est offerte à tous sans frais. Réservation obligatoire et date limite d'inscription : 7 juin 2026. Inscription : www.cucssslaval.ca ou par téléphone 450-978-8609 ou par courriel : cucssslaval@outlook.com. Votre inscription vous sera confirmée. Pour information : 450-978-8609.



CHRISTOPHER SKEETE
DÉPUTÉ DE SAINTE-ROSE
MINISTRE DÉLÉGUÉ À L'ÉCONOMIE
MINISTRE RESPONSABLE DE LA LUTTE CONTRE LE RACISME
MINISTRE RESPONSABLE DE LA RÉGION DE LAVAL

ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

FIER PARTENAIRE DE L'AQDR LAVAL-LAURENTIDES



844 535-8185
Christopher.Skeete.SARO@assnat.qc.ca

Bien entendre, ça change tout!



GROUPE FORGET
AUDIOPROTHÉSISTES

Le plus grand réseau d'audioprothésistes au Québec
www.groupeforget.com



À votre agenda



Journée mondiale de lutte contre la maltraitance des personnes âgées
Lundi 15 juin | Laval et Laurentides

Dans le cadre de la Journée mondiale de lutte contre la maltraitance des personnes âgées

LA VAGUE MAUVE

Du 1er au 15 juin 2026

Embarquez dans la **VAGUE** pour soutenir la cause !

PARTAGEZ VOTRE ACTION

#VAGUEMAUVE

Chaque année, le 15 juin souligne la Journée mondiale de lutte contre la maltraitance envers les personnes âgées. Pour l'AQDR Laval-Laurentides, cette journée rappelle l'importance de défendre le droit de vieillir dans le respect, la sécurité et la dignité.

Encore cette année, notre équipe participera à différentes activités de sensibilisation sur le territoire. À Laval, nous serons présents dès 9 h au parc Bernard-Landry dans le cadre d'une activité comprenant conférence, marche et pique-nique. Des présences sont aussi prévues à Saint-Jérôme, au Quartier 50+, de 10 h à 15 h, ainsi qu'à Blainville, au parc Équestre, de 10 h à 13 h.

À travers des kiosques d'information, des échanges avec les visiteurs et la remise de documentation, l'AQDR Laval-Laurentides souhaite contribuer à briser le silence et à promouvoir une société plus bienveillante envers les personnes âgées. Suivez notre **page Facebook** pour rester informés sur les événements liés à cette journée thématique.



Linda Lapointe, Députée
Rivière-des-Mille-Îles

Linda.Lapointe@parl.gc.ca
450-623-7714





Nouvelles de l'AQDRLL



À la rencontre des aînés d'Oka



Le 25 mai dernier, l'AQDR Laval-Laurentides a participé au Salon des aînés d'Oka, un événement rassembleur mettant en valeur plusieurs organismes, services et ressources destinés aux personnes aînées et à leurs proches. Cette journée a permis aux visiteurs de découvrir différentes initiatives locales, de poser leurs questions et d'obtenir de l'information utile pour leur quotidien.

Présente sur place avec un kiosque d'information, notre équipe a eu le plaisir d'échanger avec les participants sur la mission de l'AQDRLL, les droits des personnes retraitées et préretraitées, ainsi que les enjeux qui touchent leur qualité de vie. Ces rencontres directes sont précieuses, car elles permettent de mieux faire connaître nos actions, d'écouter les préoccupations du milieu et de créer des liens avec les citoyens. L'AQDRLL est fière d'avoir pris part à cet événement qui favorise l'accès à l'information, la participation sociale et le mieux-être des personnes aînées.

Un message de votre élue

Sandra EL-HELOU

Conseillère municipale
de Souvenir-Labelle
Membre associée du comité exécutif
s.el-helou@laval.ca



Stéphane BOYER
Maire de Laval

conseil
municipal



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



Nouvelles de l'AQDRLL



Mobilisation électorale : les aînés font entendre leur voix



Laurentides

Dans le cadre d'une initiative de mobilisation en vue des prochaines élections provinciales, les sections de l'AQDR à travers le Québec ont été invitées à poser des actions publiques afin de rendre visibles les enjeux touchant les personnes aînées. À Laval et dans les Laurentides, l'AQDR Laval-Laurentides a participé à ce mouvement collectif autour de quatre priorités : le logement, le revenu, le transport et le maintien à domicile.



Laval

Dans les Laurentides et à Laval, des citoyens ont levé des pancartes portant des revendications liées à ces enjeux. Ces mobilisations ont rappelé que les personnes aînées doivent être entendues dans les décisions publiques et demeurer une priorité pour les décideurs. Le **cahier de revendications** de l'AQDR est également disponible en ligne pour en apprendre davantage sur les priorités défendues. Merci aux participants ainsi qu'aux organismes collaborateurs : le Coffret, le Comité des usagers de Saint-Jérôme, la TRARA et l'AREQ, pour leur précieuse collaboration et leur soutien à cette mobilisation citoyenne.



ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

Alice
ABOU-KHALIL
Députée de Fabre

450 689-5516
alice.abou-khalil.fabr@assnat.qc.ca



Déménageons
L'URNE DE PAPA

URGEL BOURGIE
ATHOS



Ressources



Cantine pour tous



Une offre solidaire et abordable pour vos repas du quotidien, offerte à Laval et dans les Laurentides. Avec La Cantine à domicile, faites le plein de prêts-à-manger à partir de 6\$ /repas. Cuisinés par des traiteurs locaux, les repas se conservent plusieurs mois au congélateur. Une solution simple pour bien manger sans cuisiner. En plus des petits prix, toutes les commandes sont sans taxes, soit une économie de 15%.

Et surtout, aucun engagement : vous commandez uniquement quand ça vous convient, sans abonnement ni renouvellement. Profitez de 10% de rabais sur votre 1ère commande avec le code AQDRLAVAL. Que ce soit pour vous ou un proche, profitez de repas savoureux livrés à la maison et simplifiez-vous la vie ! **Cliquez pour en savoir plus sur la Cantine à domicile!**

Service GRATUIT pour les aînés lavallois

Grâce à un partenariat avec le Ministère de la Santé et des Services sociaux, l'équipe de gériatrie sociale accompagne les aînés afin de prévenir les chutes à domicile et favoriser leur sécurité au quotidien. Le projet offre de l'écoute, de l'information, des conseils personnalisés et des références adaptées aux besoins des personnes aînées vivant à domicile.

Vous souhaitez en savoir plus ou obtenir du soutien?
450-972-1313 poste 247 | geriatrie.sociale@cooplaval.com

PRÊT D'ÉQUIPEMENTS POUR VOTRE MOBILITÉ



Accompagnement **GRATUIT** pour les aînés lavallois

DONS D'AIDES TECHNIQUES POUR LES PERSONNES DE 65 ANS ET PLUS

En partenariat avec Québec



PRÉVENIR LES CHUTES EN ADAPTANT LA DOUCHE OU LE BAIN

Coopérative de soutien à domicile de Laval
450-972-1313 poste 247
geriatrie.sociale@cooplaval.com



CHAMBRE DES COMMUNES
HOUSE OF COMMONS
CANADA

Angelo Iacono
Député / M.P. Alfred-Pellan

450-661-4117
angelo.iacono@parl.gc.ca

Changez pour une protection dégâts d'eau pensée pour vous. Changez pour Beneva.



beneva



À découvrir



Peur de perdre son logement



La crise du logement entraîne une inquiétude bien réelle chez plusieurs personnes qui craignent de perdre leur logement, de subir une éviction ou de ne plus pouvoir se reloger à un prix abordable. Une entrevue diffusée à l'émission Pénélope présente une étude menée par un chercheur de l'UQAM sur l'insécurité résidentielle, en collaboration avec plusieurs partenaires, dont la Santé publique, la SHQ et l'Observatoire québécois des inégalités. Cette recherche s'intéresse notamment aux effets psychologiques de cette insécurité. Pour en savoir plus, écoutez l'entrevue de [l'émission Pénélope](#).

Transport collectif et adapté : une carte utile à découvrir

Vous cherchez un service de transport collectif ou adapté dans votre région? Le ministère des Transports et de la Mobilité durable propose une carte interactive qui permet de repérer facilement les services disponibles partout au Québec.

Cet outil donne accès aux informations des organismes, municipalités ou MRC responsables du transport sur chaque territoire. Il peut être utile pour les personnes âgées, les personnes handicapées, les proches aidants ainsi que les personnes qu'elles accompagnent.

Pour en savoir plus, consultez la [carte interactive](#).



ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

Eric Girard
Député de Groulx
Ministre des Finances

Mémoire prébudgétaire

Faire face aux enjeux
d'un Québec qui vieillit :
un défi générationnel

Février
2026



Mémoire soumis dans le
cadre des consultations
prébudgétaires 2026-2027
du gouvernement
du Québec.



Revue de presse



Radio-Canada, 107 M\$ pour la première maison des aînés privée conventionnée au Québec, 28 avril

Radio-Canada, Le taux de pauvreté demeure stable au Canada, 2 mai

Radio-Canada, Marché immobilier : les retraités retarderaient la vente de leur maison, 3 mai

La Presse, Un fléau : quitter les urgences sans voir de médecin

Le Devoir, Les popotes roulantes, un point de contact avec la vie pour nos aînés, 11 mai

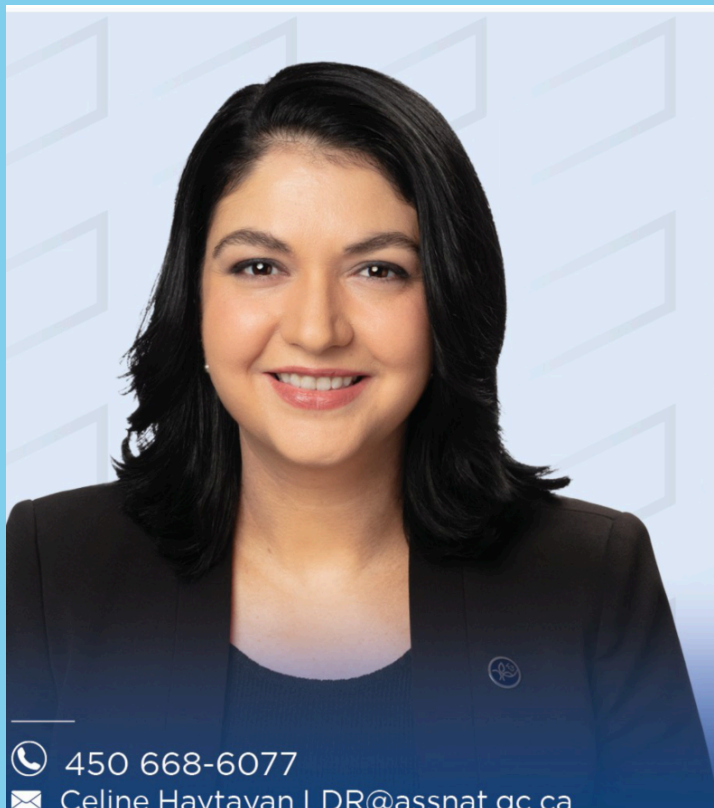
Le Nouvelliste, Fraude grands-parents: elle promet de rembourser «symboliquement» ses victimes, 11 mai

La Presse, Un nouveau guide pour prévenir et agir, 19 mai

Le Devoir, Un guide pour prévenir et agir sur la perte d'autonomie chez les aînés, 20 mai

Radio-Canada, La hausse des coûts et la détérioration des soins pour les aînés en résidence inquiètent, 20 mai

Le Quotidien, Morte après avoir été frappée par une porte automatique dans une maison des aînés, 27 mai 2027



ASSEMBLÉE
NATIONALE
DU QUÉBEC

Céline
HAYTAYAN
DÉPUTÉE DE LAVAL-DES-RAPIDES

📞 450 668-6077
✉ Celine.Haytayan.LDR@assnat.qc.ca



AQDR

Laval-Laurentides

Bureau de Laval :

1450, boulevard Pie X, bureau 202
Laval, QC H7V 3C1
450-978-0807
1-844-978-0807

Bureau de Saint-Jérôme :

227, rue Georges-Thurston,

Rédaction et mise en page:

Carolane Ladouceur

Révision:

Marie-Claude Lebel

Coordination:

Brigitte Tremblay

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 aqdrlaval.org.



Nos partenaires

