ENSEMBLE DÉFENDONS NOS DROITS

INFO AQDR LAVAL LAURENTIDES

Bulletin d'information novembre 2026 N° 136

Après les élections, place aux engagements

À la suite des élections provinciales du 5 octobre, nous tenons à féliciter l'ensemble des personnes élues à l'Assemblée nationale. Le Parti Québécois a remporté 59 sièges et est appelé à former un gouvernement minoritaire.

Tout au long de la campagne, plusieurs engagements ont été présentés concernant les personnes aînées. Parmi ceux du Parti Québécois, mentionnons notamment l'augmentation de 50 % du budget consacré aux soins à domicile, une aide pouvant atteindre 10 000 $ pour soutenir l'aménagement d'une maison intergénérationnelle, une bonification annuelle de 10 M$ du Programme d'adaptation de domicile ainsi qu'un accès facilité au crédit d'impôt pour le maintien à domicile.

Nous espérons maintenant que ces engagements se traduiront par des actions concrètes au cours du prochain mandat, particulièrement dans un contexte où les besoins liés au vieillissement de la population continuent de croître.

Au cours des prochaines semaines, nous inviterons les élus de nos territoires à venir nous rencontrer. Nous souhaitons leur présenter davantage la mission de l'AQDR Laval-Laurentides, mais surtout échanger sur les dossiers qui préoccupent nos membres.

Le logement, le revenu, l'accès aux soins et aux services à domicile, la mobilité et la défense des droits des personnes aînées continueront de guider nos interventions auprès des décideurs.



DÎNER DE NOËL

8 décembre 2026 à 11 h 30

Château Royal

3500 boulevard du Souvenir, Laval, H7V 1X2

Rejoignez-nous à notre dîner festif pour souligner le temps des Fêtes!

Au programme: Repas gastronomique 4 services, prix de présence, animation, musique festive avec DJ professionel et danse

Menu

Entrée

Velouté de courge butternut rôtie

Plat principal

Poulet grillé, sauce chimichurri
servi avec les légumes frais de saison

Dessert

Bûche traditionnelle de Noël

Breuvages

- Boissons gazeuses, jus, eau en bouteille pétillante ou plate, café et thé
- 1 verre de vin par personne

Tarifs

50 $
Membre

60 $
Non-membre

Réservation obligatoire | 450-978-0807
aqdrlaval@aqdr.org

À votre agenda

Des services humains et accessibles pour mieux vivre à domicile

Mardi 24 novembre | 13h30 | Axion 50 plus à Laval



Présentée par la Coopérative de soutien à domicile de Laval, cette conférence vous permettra de découvrir les différents services d'aide à domicile, les programmes disponibles ainsi que les ressources pouvant favoriser le maintien à domicile. Vous pourrez mieux connaître les options offertes pour obtenir du soutien dans les tâches du quotidien et préserver votre autonomie le plus longtemps possible, selon vos besoins et votre situation.

Pour réserver votre place, contactez-nous au 450-978-0807 ou écrivez-nous à aqdrlaval@aqdr.org.

Au volant de ma santé

Mardi 17 novembre | 14h00 | Saint-Jérôme

La conduite automobile demande plusieurs habiletés qui peuvent évoluer avec le temps. Présentée par la SAAQ, cette conférence abordera les examens de santé exigés, l'évaluation de la capacité à conduire et certaines règles à connaître. Les participants pourront aussi revoir des techniques de conduite, les carrefours giratoires, les nouveautés du Code de la sécurité routière et le partage de la route avec les piétons et les cyclistes.

Réservez votre place sur le site de la **Bibliothèque de Saint-Jérôme**! Merci à nos partenaires : Bibliothèques de Saint-Jérôme, AREQ-CSQ, TRARA, Comité des usagers de Saint-Jérôme et CISSS des Laurentides.





À votre agenda

Conférence CUCSSS à Laval
Mardi 10 novembre | 19h00

Sujet : La déprescription, avec Louise Papillon Ferland, professeure agrégée de clinique -Faculté de pharmacie

Les médicaments permettent de vivre plus longtemps, en meilleure santé. Cependant, avec l'âge, le risque d'effet indésirable associé aux médicaments augmente : chutes, problèmes de mémoire et même hospitalisations en sont quelques exemples. Parfois, les risques associés aux médicaments peuvent venir dépasser les effets bénéfiques. Venez en apprendre d'avantage sur les médicaments qui pourraient vous mettre à risque d'effets néfastes. Posez la question : « Ai-je toujours besoin de ce médicament ? » : vous serez ensuite mieux préparé à entamer la discussion avec votre médecin, votre pharmacien ou votre infirmière, afin de voir s'il pourrait être approprié de cesser l'un d'entre eux.

Réseau canadien pour l'usage approprié des médicaments et la déprescription

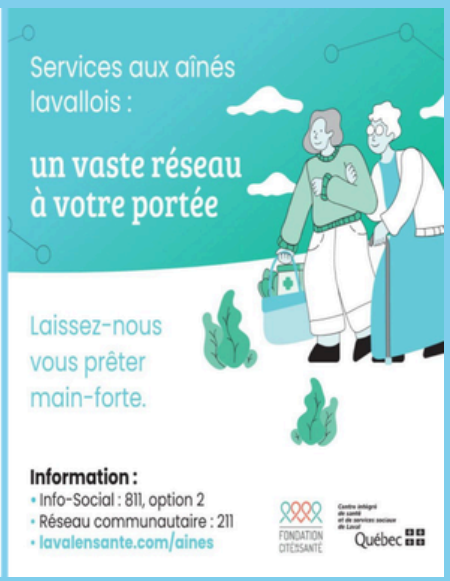
COMITÉ DES USAGERS
DU CENTRE DE SANTÉ ET
DE SERVICES SOCIAUX DE LAVAL

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 : 8 novembre 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.



Linda Lapointe, Députée
Rivière-des-Mille-Îles

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



L'AQDRLL en action

Un franc succès pour « J'ai ben l'droit! »



Dans le cadre de la Semaine lavalloise des aînés, nous avons eu le plaisir de collaborer à la présentation du spectacle « J'ai ben l'droit! » au Centre communautaire Régent-Martimbeau. Plus de 50 participants étaient présents pour l'occasion.

Avec beaucoup d'énergie, d'humour, de chansons et plusieurs personnages, Dominic St-Laurent a su rendre les droits des usagers du réseau de la santé plus accessibles, concrets et faciles à retenir.

Nous remercions chaleureusement l'artiste pour sa présence, ainsi que nos collaborateurs, le CAAP-Laval et le Comité des usagers du CISSS de Laval, qui ont contribué à la réalisation de cette activité.

Cette participation s'inscrit pleinement dans notre volonté de mieux faire connaître les droits des personnes aînées et de créer des occasions d'échange dans la communauté. Merci également à toutes les personnes présentes d'avoir été des nôtres!



L'AQDRLL en action

Le comité-conférences de Saint-Jérôme à l'honneur sur TVBL



Nos activités au sein du comité-conférences de Saint-Jérôme ont récemment été mises en lumière à l'émission Accès local, diffusée sur la Télévision des Basses-Laurentides (TVBL). Pour l'occasion, Carolane Ladouceur, conseillère en communication à l'AQDR Laval-Laurentides, a présenté le travail réalisé avec nos partenaires, soit la TRARA, l'AREQ, le Comité des usagers de Saint-Jérôme et les Bibliothèques de Saint-Jérôme.

L'entrevue a été réalisée à la Bibliothèque Marie-Antoinette-Foucher, lors de la conférence de Julie Cloutier, *Le vrai âge, c'est celui qu'on se donne : comment vieillir positivement,* le 20 octobre dernier. Carolane y parle de la collaboration entre les partenaires, de la programmation de conférences offerte chaque mois à la population, ainsi que de notre mission et de notre travail auprès des personnes aînées.

Visionnez l'**entrevue** sur YouTube dès 1 min 40.





À découvrir

Vaccination saisonnière : préparez-vous pour l'automne



Avec le retour de la saison des virus respiratoires, la vaccination contre la grippe et la COVID-19 sera offerte gratuitement cet automne aux personnes admissibles. Une campagne d'immunisation contre le virus respiratoire syncytial (VRS) est également en cours pour certaines personnes à risque de complications. Il est possible, selon votre admissibilité, de recevoir plus d'un vaccin lors de la même visite. Les rendez-vous peuvent être pris en ligne sur **Clic Santé** ou par téléphone au 1 877 644-4545.

Consultez le **site du gouvernement du Québec** pour connaître les critères d'admissibilité et prendre rendez-vous.

Une aide financière à connaître pour le logement



Saviez-vous qu'une aide pouvant atteindre 170 $ par mois est offerte à certaines personnes qui consacrent une part importante de leur revenu au logement? Le Programme Allocation-logement s'adresse aux locataires, chambreurs et propriétaires à faible revenu qui répondent aux critères d'admissibilité. Pour la période du 1er octobre 2026 au 30 septembre 2027, la demande peut être faite en ligne dans Mon dossier pour les citoyens.

Consultez le **site de Revenu Québec** pour vérifier votre admissibilité!





À découvrir

Vos droits comme consommateur, en un seul endroit



L'Office de la protection du consommateur propose une section spécialement destinée aux personnes aînées afin de mieux faire connaître leurs droits et les précautions à prendre avant un achat ou la signature d'un contrat.

On y retrouve des conseils sur plusieurs situations courantes : erreurs de prix à la caisse, vente itinérante, garanties légales, services de téléphonie et d'Internet, inscriptions à des cours ou encore fraude financière. L'Office recommande notamment de prendre le temps de réfléchir, de comparer les offres, de poser des questions et de toujours demander une copie des documents signés.

Consultez la **section « Aînés et consommation »** de l'Office de la protection du consommateur pour en apprendre davantage sur vos droits.



Ressources

Transport adapté : mieux préparer une plainte



Un retard, un problème de réservation, un comportement inadéquat ou une situation liée à la sécurité peut parfois survenir lors d'un déplacement en transport adapté. L'Association lavalloise pour le transport adapté (ALTA) a préparé une fiche pratique pour aider les usagers à mieux structurer leur démarche. On y explique notamment comment vérifier si une plainte est recevable, quelles informations rassembler avant de communiquer avec le service et comment présenter les faits de façon claire et constructive. La fiche donne aussi plusieurs exemples de situations recevables ou non. Consultez **la fiche pratique** de l'ALTA pour savoir davantage à ce sujet.

Trouver rapidement une ressource en aide alimentaire

Un nouveau site web facilite l'accès aux ressources en sécurité alimentaire dans la MRC de La Rivière-du-Nord. Simple et accessible, il permet de repérer rapidement, à partir de son adresse et de son besoin, l'organisme vers lequel se tourner pour obtenir de l'aide. On y retrouve les coordonnées, le territoire desservi, les modalités d'accès ainsi que l'information utile en cas de dépannage alimentaire.

La page Facebook ***J'ai faim MRC Rivière-du-Nord*** complète le service en diffusant les activités, les changements temporaires et les informations utiles.

Consultez le **site de cette ressource**!







CONFÉRENCE DE **FRANÇOIS CHARRON**

FRAUDE EN LIGNE

OPÉRATION PROTECTION : ON PASSE À L'ACTION POUR VRAI !



BILLET GRATUIT

Code promo **BOGRATUIT**

VALIDE SUR BILLET ADMISSION GÉNÉRALE UNIQUEMENT. 4 PAR COMMANDE MAX.

04 novembre 2026

BOISBRIAND

CENTRE DE CRÉATION BOISBRIAND, BOISBRIAND, QC

19H00 | ouverture des portes : 18h30

INFOS & BILLETS

FRANCOISCHARRON.COM/CONFERENCE

FRANCOIS CHARRON.COM

FRAUDE WEB.COM

ACADÉMIE FRANCOIS CHARRON.COM

Revue de presse

Radio-Canada, Un appel à changer le regard sur les personnes âgées en cette Journée des aînés, 01 octobre

Courrier Laval, Immeubles de 10 logements et plus: ne démolira plus qui veut à Laval, 2 octobre

Journal de Québec, Le Parti Québécois formera un gouvernement minoritaire, 6 octobre

Le Soleil, Des aînés qui bougent et voyagent sans quitter leur résidence, 7 octobre

Journal de Québec, Record de corps non réclamés au Québec à cause de l'itinérance et du coût de la vie, 9 octobre

Le Soleil, Accès à un médecin de famille: discrimination envers les personnes âgées?, 10 octobre

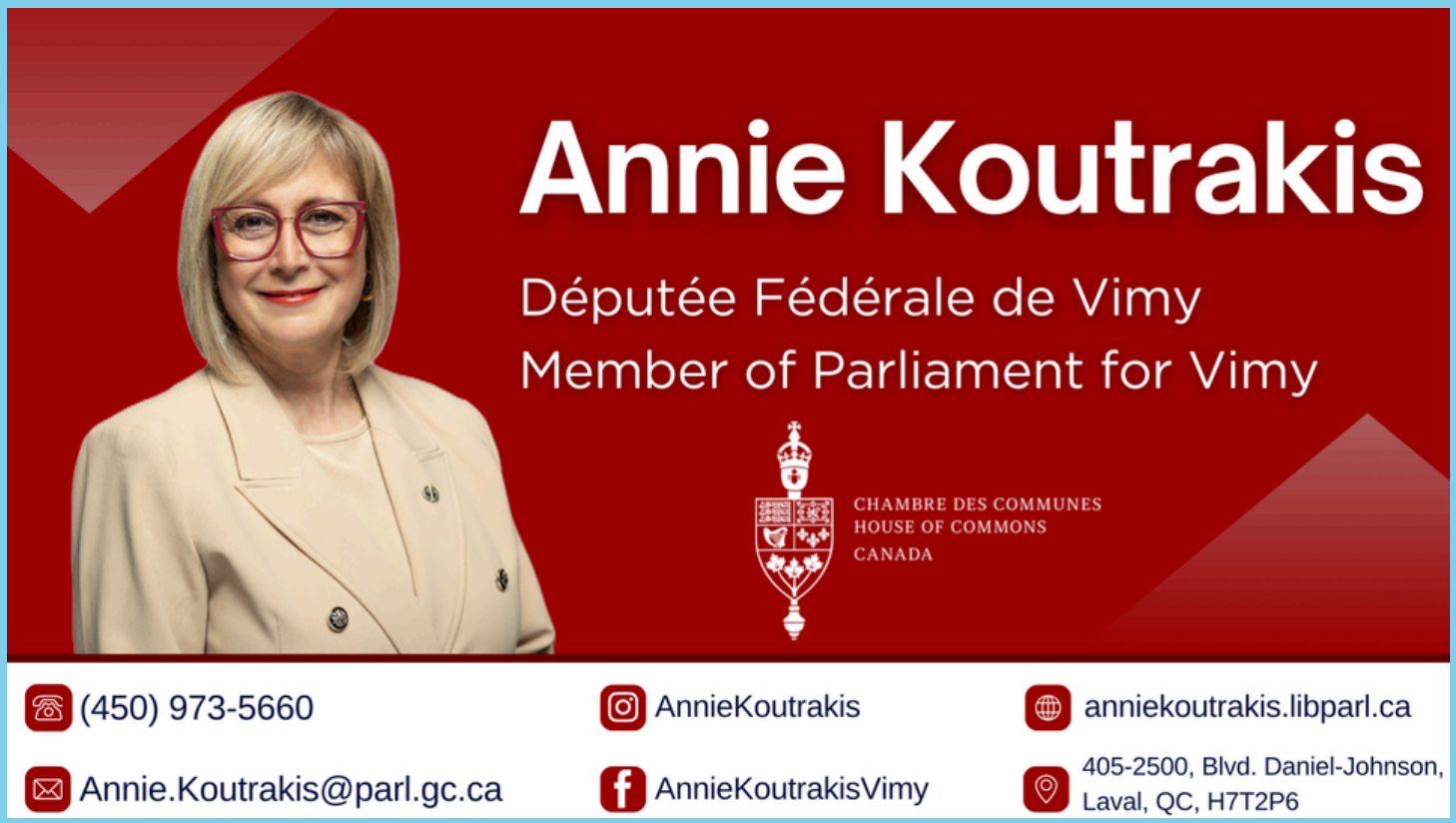
Nord Info, Et si Sainte-Thérèse devenait une ville folle de ses aînés ?, 15 octobre

Radio-Canada, L'hospitalisation à domicile : guérir chez soi grâce à la technologie, 18 octobre

Courrier Laval, La Semaine des aînés revient avec une quarantaine d'activités, 25 septembre

Radio-Canada, Influenceurs immobiliers : des portes à tout prix, 22 octobre

La Presse, Hospitalisation à domicile « Je libère un lit », 26 octobre



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 aînées.

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 aînées. 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

Travail, Emploi et Solidarité sociale Québec

LAVAL

Axion 50 plus
Carrefour socioculturel et sportif

beneva

IRIS

BÉTONEL
Le vrai magasin de peinture
Dulux

Yves Légaré
Complexes funéraires

Tennis 13 Fitness

GROUPE FORGET
AUDIOPROTHÉSISTES

URGEL BOURGIE
ATHOS

Lifeline