

L'Écho de la Pointe



AQDR

Pointe-de-l'île de Montréal

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES

ÉDITION HIVER

VOLUME 10, NO 3
DÉCEMBRE 2023

UN REVENU
VIABLE POUR
LES AÎNÉS



AQDR

UN REVENU
VIABLE POUR
LES AÎNÉS
PRÉSENTÉ PAR
L'AQDR

SERVICE D'IMPÔT
À LA POINTE-DE-L'ÎLE



RETOUR DU
SALON DES AÎNÉS
DE LA
POINTE-DE-L'ÎLE,
18 octobre 2024



CRISE DU
LOGEMENT



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE DES DROITS DES PERSONNES
RETRAITÉES ET PRÉRETRAITÉES DE LA POINTE-DE-L'ÎLE DE MONTRÉAL

9140, boul. Perras, bureau B 2.6, Montréal, QC H1E 7E4

Téléphone : 514 643-0930 | Courriel : aqdr-pdi@videotron.ca

Site web : aqdr-pointedelile.org | facebook.com/aqdrpdi

Heures d'ouverture : du lundi au vendredi, de 10 h à 12 h et de 13 h à 16 h



*Journal d'information de l'AQDR
de la Pointe-de-l'Île de Montréal*

SOMMAIRE

Mot de la présidente _____	3
Soupers <i>Fraternité</i> _____	4
Atelier avec l'ACEF de l'Est de Montréal, <i>Protection des droits du consommateur</i> _____	5
Atelier avec Infologis, <i>Reprises et Évictions</i> _____	6
Atelier avec Infologis, <i>Logement social</i> _____	7
Séance d'information avec Agence du revenu du Canada, <i>Aînés et aidants naturels</i> _____	8
Conférence avec Juristes à Domicile, <i>Mandat de protection</i> _____	9
Conférence, <i>Réalisez vos rêves</i> _____	10
Salon des Aînés de la Pointe-de-l'Île _____	11
Journée mondiale du bénévolat _____	12
Journée internationale des migrants _____	13
Une reconnaissance fort appréciée _____	14
Au sujet du projet de Loi 15, des questions à se poser _____	15
Aide financière aux services d'aide domestique _____	16
Un revenu viable pour les aînés _____	17
Mémoire sur la lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale _____	18
Les RPA en perte de vocation _____	19
Crise du logement _____	20
Bonne nouvelle : 720 logements abordables à PAT _____	21
Cliniques d'impôt pour personnes à faible revenu _____	22
Application <i>Réseau Accès Famille</i> _____	23
Encore plus de trucs et d'astuces pour alléger le fardeau de l'inflation _____	24
SPVM, Fraudes visant les aînés _____	25

SPVM, InfoAînés _____	26
Le zona _____	28
Cours d'informatique _____	29
Une application pour un cerveau en santé _____	29
Accès au bureau _____	30
Bottin des Aînés _____	30
Le courrier des lecteurs _____	30
Avantages à être membre de l'AQDR _____	31
Devenir membre à l'AQDR-PDÎ _____	32
Devenir bénévole à l'AQDR-PDÎ _____	33
Vœux d'anniversaire à nos membres _____	33
Nos partenaires _____	34
Vœux des Fêtes de l'AQDR-PDÎ _____	38
Formulaire d'adhésion ou de renouvellement comme membre à l'AQDR-PDÎ _____	39

N.B. : Certaines photos ou images sont tirées d'Internet.
Dans le texte de ce journal, le masculin est utilisé pour
faciliter la lecture. Il réfère autant au masculin qu'au féminin.

Conception et réalisation :

*Kephina Dupuy, agente des communications
Itaya-Noémie Omotuenmhen, coordonnatrice
Diane Lamontagne, membre bénévole*

**Les membres du
Conseil d'administration de
l'AQDR-PDÎ 2023-2024**

Le Conseil d'administration de l'AQDR-PDÎ
se compose des membres suivants :



Marthe D'Amours
présidente



Bernard Parent
1^{er} vice-président



Louise Crousett
2^e vice-présidente



Diane Lamontagne
trésorière



Nicole Dorsaint-Pélissier
secrétaire

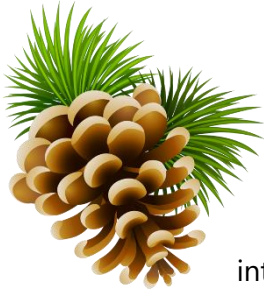


Suzanne Duchesne
administratrice



Edmonde Kénol
administratrice

Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales
du Québec, Décembre 2023.



Mot de la présidente



C'est tout un automne que nous avons vécu cette année ! Ateliers d'information, café-causerie lors de la Journée internationale des aînés, foires d'organismes, souper thématique du 17 octobre portant sur la problématique du *logement* pour les personnes aînées... Plusieurs d'entre vous étaient présents à l'un ou l'autre de ces événements et ont ainsi contribué à notre réflexion sur divers aspects de la vie des retraités.

De plus, l'AQDR-PDÎ a recueilli plus de 260 signatures, dans un délai relativement court, sur une pétition sollicitant un engagement du ministre de la Santé et des Services sociaux, Christian Dubé, afin de s'assurer que l'étude détaillée du projet de Loi 15 se fasse en toute connaissance de cause et en fonction des réels besoins des aînés. Rappelons que la Loi 15 vise à rendre le système de santé et des services sociaux plus efficace, entre autres, nous voulons les *soins à domicile* pour toutes les personnes qui en ont besoin ainsi qu'une simplification des démarches pour *l'accès aux soins de santé*, quelqu'un qui répond aux appels téléphoniques dans un délai raisonnable. Nombre d'entre vous nous ont fait part de leurs difficultés à avoir des réponses au bout du fil, de devoir attendre le soutien d'un ami, d'un enfant, d'un voisin pour enfin pouvoir au bout du compte accéder à *Clic santé*. Les demandes de l'AQDR ne sont pas des caprices, mais rappellent des besoins de base à propos desquels tout le monde a droit à une réponse adéquate.

Dans la foulée des revendications du Mémoire élaboré dans le cadre de la campagne électorale de l'automne 2022, l'AQDR a présenté cet automne, un nouveau document, *Un revenu viable pour les aînés*. Saviez-vous que *plus du tiers des personnes retraitées* ont besoin du Supplément de revenu garanti pour pouvoir se tenir la tête hors de l'eau ? De plus, nous a-t-on fait part, lors d'un bulletin de nouvelles, que plus de 47 % des *itinérants de Montréal étaient âgés de 65 ans et plus*. Ces données sont plus qu'inquiétantes.

Selon l'Institut de recherche et d'information socioéconomique (IRIS), pour une personne seule vivant en région métropolitaine, un revenu viable devrait être de l'ordre de 37 000 \$ pour que cette personne puisse bien se nourrir, bien se loger, sortir et participer à des activités, être suffisamment dégagée des préoccupations de survie pour pouvoir apporter sa contribution à la société. L'AQDR-PDÎ a repris le document pour l'acheminer à tous les élus, autant fédéraux que provinciaux, de notre secteur ainsi qu'au Premier ministre du Québec. Ferons-nous bouger les choses ? Oui, la force du nombre, c'est important !

L'Écho de la Pointe vous revient à nouveau pour vous présenter les activités à venir, les services disponibles dans le secteur et des réflexions sur divers dossiers qui vous concernent. Nous suivrons de près l'évolution des changements du système de santé souhaitant très fort que nos démarches et demandes n'aient pas été vaines. Ne manquez pas, entre autres, l'article sur le *Mémoire sur la lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale* (p. 18), celui sur *Les RPA en perte de vocation* (p. 19) et celui sur la *Crise du logement* (p. 20). De plus, l'équipe et le Conseil d'administration se préparent à vous contacter au début de l'hiver afin d'identifier et de prioriser les actions à entreprendre ou à poursuivre pour avancer dans notre mission de défense et de protection de vos droits en tant que personnes retraitées et préretraitées, comme cela avait été prévu lors de l'Assemblée générale de mai dernier.

Sur ce, je vous dis à bientôt et vous souhaite de passer de Joyeuses Fêtes !

Marthe D'Amours,
Présidente de l'AQDR Pointe-de-l'Île



Soupers Fraternité ...



Rappelons que lors de ces soupers, les participants membres ou non de la section disposent d'une occasion privilégiée tout en étant informelle, pour discuter ou s'informer des différents sujets qui les touchent. C'est également l'occasion de fraterniser, de poser des questions, d'exposer leurs difficultés. De plus, les anniversaires des personnes présentes sont soulignés et quelques tirages sont aussi effectués.

Lors des soupers de décembre et de février, un thème fera l'objet d'une discussion. Suivez-nous dans l'Infolettre mensuelle pour en savoir plus sur les thèmes abordés.



Le thème du souper du 19 décembre 2023 sera « Les traditions des Fêtes ».



Les soupers se tiennent toujours **le 3^e mardi de chaque mois à 17 h, mais à différents lieux.** Gardez sous la main l'horaire ci-dessous des **5 prochains soupers.** Attention à la **date de janvier 2024 qui a dû être reportée.**



Rendez-vous à 17 h

Pizzeria Hollywood
8011, ave Blaise-Pascal, RDP

Rôtisserie Score's
12 995, rue Sherbrooke Est, PAT

**Centre communautaire (CC)
de Rivière-des-Prairies**
9140, boul. Perras, RDP
Salle des Tout-Petits

**Centre communautaire (CC)
Roussin - PAT**
12 125, rue Notre-Dame Est, PAT
Salle 109

SOUPERS FRATERNITÉ 2024

DÉCEMBRE

19 décembre 2023
CC RDP
20 \$ / pers.
Inscription obligatoire
514 643-0930



JANVIER

23 janvier 2024
Scores *
PAT



FÉVRIER

20 février 2024
CC Roussin
20 \$ / pers.
Inscription obligatoire
514 643-0930



MARS

19 mars 2024
Pizzeria Hollywood *
RDP



AVRIL

16 avril 2024
Scores *
PAT



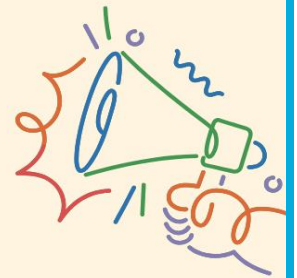
* Le coût du souper est à la discrétion du participant selon son choix de menu.

Atelier

avec

ACEF de l'Est de Montréal

Protection des droits du consommateur



**Mercredi 6 décembre 2023
à 10 h, salle 109**

**Centre communautaire Roussin
12 125, rue Notre-Dame Est
Pointe-aux-Trembles**

Identifier les droits
et les responsabilités
du consommateur
et d'un commerçant
ainsi que les recours
possibles dans des
situations courantes.



Café et
collations fournis.

Places limitées...

Inscrivez-vous
au
514 643-0930



AQDR

Pointe-de-l'île de Montréal

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES



Atelier avec Infologis



- Reprises et Évictions -

**Mercredi 24 janvier 2024
à 10 h, salle 109**

**Centre communautaire Roussin
12 125, rue Notre-Dame Est, PAT**

**Places limitées ..
Inscrivez-vous
au
514 643-0930**

**Café et collations
fournis** 



Atelier avec Infologis



- Logement social -

**Mercredi 14 février 2024
à 10 h, salle 109**

**Centre communautaire Roussin
12 125, rue Notre-Dame Est, PAT**

**Places limitées ..
Inscrivez-vous
au**

514 643-0930

**Café et collations
fournis**



AQDR

Pointe-de-l'île de Montréal

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES



Séance d'information

avec

Agence du revenu du Canada



- Aînés et aidants naturels -



**Mercredi 28 février 2024
à 10 h, salle 109**

**Centre communautaire Roussin
12 125, rue Notre-Dame Est, PAT**

Places limitées..

**Inscrivez vous
au 514 643-0930**

**Café et
collations fournis**



AQDR

Pointe-de-l'île de Montréal

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉTRAITÉES



**Agence du revenu
du Canada**



Conférence

avec

Juristes à Domicile



- Mandat de protection -

Mercredi 13 mars 2024
à 10 h, salle 109

L'organisme Juristes à Domicile (JAD) a pour but de conseiller, d'accompagner et au besoin, de donner ou faciliter l'accès à des services professionnels aux personnes qui seraient en situation personnelle ou socio-juridique difficile, isolées ou vulnérables.

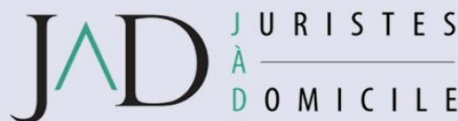
Centre communautaire Roussin
12 125, rue Notre-Dame Est, PAT

Café et collations fournis



Places limitées...

Inscrivez-vous
au
514 643-0930



Conférence

Réalisez vos rêves

avec

Christine Hamel

Auteure du livre « Visite d'un ange »

Mercredi 10 avril 2024
à 13 h, salle des Tout-Petits

Centre communautaire de RDP

9140, boul. Perras, Rivière-des-Prairies

Café et
collations
fournis



Places limitées..

Inscrivez vous

au **514 643-0930**



AQDR

Pointe-de-l'île de Montréal

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES

De retour...



Salon des Aînés de la Pointe-de-l'île

4^e édition



Vendredi 18 octobre 2024

**Centre communautaire Roussin
12 125, rue Notre-Dame Est, PAT**

Plus d'informations dans notre journal,
L'Écho de la Pointe d'avril 2024.

Suivez-nous sur notre page Facebook
facebook.com/aqdrpd

OU

Consultez notre Infolettre
envoi/courriel au 3^e lundi du mois.



5 DÉCEMBRE JOURNÉE MONDIALE DU BÉNÉVOLAT



À chaque année, le 5 décembre, la **Journée mondiale du bénévolat** célèbre l'engagement partout dans le monde. Depuis 1985, cette date est la journée officielle pour rendre hommage aux bénévoles et saluer leur contribution inestimable qui s'effectue souvent dans l'ombre. Être bénévole, c'est consacrer du temps libre, de l'énergie et des compétences au service des autres. Les bénévoles sont à l'avant-garde du changement social dans le monde. Cette journée est l'occasion offerte aux organisations et aux bénévoles de promouvoir leur contribution au développement, que ce soit au niveau local, régional, national ou international.



Le 28 septembre dernier avait lieu le café-causerie de la journée internationale des aînés de l'AQDR-PDÎ, en collaboration avec les Petits Frères de la Pointe-de-l'île et le Centre d'action bénévole de Rivière-des-Prairies. Lors de cette journée, nos aînés ont pu réfléchir sous le thème : « **la participation bénévole des personnes aînées dans la communauté** ». Trois conférenciers ont été amenés à discuter de leur parcours de bénévolat et les raisons pour lesquelles ils ont décidé d'être bénévoles. Ces témoignages ont incité les participants à se questionner sur leur propre contribution dans la société. C'est si difficile de recruter des bénévoles et de les conserver...

Lorsqu'on demande les raisons pour lesquelles une personne serait intéressée à faire du bénévolat, les réponses qui reviennent le plus souvent, sont les suivantes :

- Reconnaissance
- Appréciation
- Contact humain
- Implications dans la société
- Sensibilisation
- Appel d'amitiés
- Expérience pour le monde du travail
- Être un exemple pour les autres
- Aider à combattre l'isolement
- Transmettre ses valeurs
- Trouver ses faiblesses
- Trouver ses forces

Le bénévolat est une action qui vous intéresse, mais vous ne savez pas par où commencer ? L'AQDR-PDÎ est toujours à la recherche de bénévoles pour ses diverses activités durant l'année. Remplissez le formulaire au lien suivant et retournez-le par courriel ou par la poste, ou contactez l'AQDR-PDÎ.

<https://aqdr-pointedelile.org/wpcontent/uploads/2023/07/Formulaire-devenir-benevole.pdf>



L'AQDR-PDÎ profite de l'occasion pour remercier chaleureusement tous ses bénévoles qui œuvrent au sein de la section. Votre implication exceptionnelle, votre dévouement au mieux-être et au mieux-vivre de notre clientèle aînée contribuent à faire une différence dans la communauté.

Journée internationale des migrants



Le **18 décembre** marquera le 23^e anniversaire de la Journée internationale des migrants. Selon un article de la journaliste Emmanuelle Gril du *Journal de Montréal* du 20 octobre 2023, l'un des enjeux les plus difficiles pour les nouveaux arrivants du Québec est de planifier leur retraite efficacement. La



ILLUSTRATION ADOBE STOCK

capacité d'épargner en tant que nouvel arrivant est faible et cela pour plusieurs raisons. La probabilité qu'un nouvel arrivant n'ait pas la chance de pratiquer son domaine d'études dès son arrivée, est élevé. *Il y aura un apprentissage important à effectuer*, explique Hadi Ajab, planificateur financier indépendant et représentant en épargne collective.

Un nouvel arrivant devra probablement faire reconnaître ses expériences et diplômes obtenus dans son pays d'origine et peut-être même, retourner à l'école. Il existe différents types de compte d'épargne au Canada, tels que le CELI, le REER ou le REEE. Il est possible que les nouveaux arrivants ne soient pas au courant de ces différents outils. Cependant, certains arrivants ont plus de chance que d'autres. Le Canada et quelques autres pays ont une entente qui permet aux immigrants de bénéficier des prestations de retraite du Canada et de leur pays d'origine.

Le Journal de Montréal vous donne quelques conseils :

- ♦ Faire un bilan de ce que vous possédez à l'étranger, par exemple vos biens immobiliers. Il est important de les intégrer dans votre planification de retraite.
- ♦ Consulter un professionnel qui vous aidera à effectuer votre planification.

Êtes-vous ou connaissez-vous un nouvel arrivant dans cette situation ?

Il existe des conseillers sociaux qui réfèrent gratuitement les immigrants selon leurs questions et besoins. Plusieurs organismes qui viennent en aide aux immigrants et réfugiés offrent des webinaires et des conférences en ligne sur le système financier au Québec.



PROMIS, aide aux immigrants et réfugiés, offre des webinaires en ligne sur le système financier au Québec et des rencontres sur vidéoconférence avec des conseillers sociaux.

Pour plus d'informations, consultez le lien suivant : <https://promis.qc.ca/fr/>



Accueil aux immigrants de l'Est de Montréal, dans les Arrondissements d'Anjou et Rivière-des-Prairies/Pointe-aux-Trembles, offre des webinaires en ligne sur les prestations et les crédits fiscaux pour les immigrants et des rencontres sur vidéoconférence avec des conseillers à l'immigration.

Pour plus d'informations, consultez le lien suivant : <https://aiemont.com/fr/>

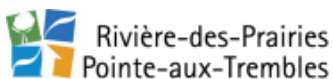


Une reconnaissance fort appréciée...



Le 12 novembre 2023, la ville de Montréal-Est soulignait l'action bénévole ainsi que la contribution des organismes sur son territoire. Cet événement avait pour but de remercier les bénévoles et organismes pour le travail accompli auprès des citoyens de la municipalité, pour leur don de temps, leur talent et leur générosité. « *La présence et l'implication des bénévoles et des organismes sont indissociables de la qualité de la programmation de Montréal-Est et de l'ensemble des services offerts aux citoyens* », mentionnait-on dans l'invitation.

Un cocktail de bienvenue suivi d'un spectacle d'humour de type Gala, regroupant quatre humoristes bien connus du public québécois, Étienne Dano, Sylvain Larocque, François Léveillé et Stéphane Fallu, ont été offerts aux participants de l'événement.



Montréal

Le 17 novembre dernier se tenait la Soirée de reconnaissance des bénévoles 2023 organisée par l'Arrondissement de Rivière-des-Prairies/ Pointe-aux-Trembles. Cet événement d'envergure rassemblait plus de 400 personnes et

a permis de célébrer dignement le bénévolat de citoyens de la communauté de RDP-PAT, pour leur apport inestimable à la qualité de vie de la collectivité de l'Arrondissement.

Durant la soirée, certains bénévoles ont été mis en valeur pour leur implication dans la communauté, selon douze catégories :

- | | |
|---|-----------------------------------|
| 1) Bénévole en herbe | 7) Bénévole culture et patrimoine |
| 2) Doyen bénévole | 8) Bénévole vert et bleu |
| 3) Bénévole polyvalent | 9) Prix Hommage |
| 4) Bénévole sportif | 10) Prix Coup de cœur |
| 5) Bénévole loisir | 11) Prix Projet collectif |
| 6) Bénévole développement social et humanitaire | 12) Prix Reconnaissance des élus |

Douze bénévoles lauréats ont donc signé le livre d'or de l'Arrondissement, marquant leur engagement exceptionnel dont une parmi ceux-ci est membre de l'AQDR-PDÎ, soit ...

Reconnaissance des élus : Nicole Larocque de l'Association bénévole de Pointe-aux-Trembles/Montréal-Est, a reçu le prix en s'étant particulièrement démarquée dans la communauté et dont les élus tenaient à souligner l'apport.



Bravo Nicole et à tous lauréats de la soirée !

De plus, deux autres membres de l'AQDR-PDÎ figuraient parmi les candidats mis en nomination pour une des catégories primées, soit **Sylvie Demers** et **Gaétan Bilodeau**.

Bravo Sylvie et Gaétan pour cet engagement bénévole !

Merci pour ces deux belles célébrations du bénévolat !



Au sujet du projet de Loi 15, des questions à se poser...



Au printemps dernier, l'AQDR nationale présentait un Mémoire dans le cadre des consultations sur le projet de Loi 15, visant à rendre le système de santé et de services sociaux plus efficace. L'AQDR accueillait favorablement la volonté du gouvernement de changer les choses pour le mieux.

Cependant, l'AQDR insistait pour que cette réforme n'en soit pas une, menée par les médecins, les professionnels et les syndicats, une réforme où la population est absente, une réforme où il n'y a pas de consultation des citoyens, pas de forums auxquels ils sont invités à participer. Y aura-t-il consultation ?

Ce que nous voulons à l'AQDR, c'est que **le soutien à domicile**, qui fait partie intégrante des services de première ligne et comprend l'aide à la personne ainsi que les soins de santé, **devrait être inclus dans le projet de loi**. Ce projet de loi représente une excellente opportunité d'améliorer les anciennes façons de faire. L'AQDR recommande que le maintien, le soutien et les soins à domicile soient intégrés dans la loi en tant que missions protégées et que des changements structurels soient mis en place en ce sens.



Ainsi, le soutien à domicile se doit d'être une partie intégrante du projet de Loi 15. Au compte du budget total consacré au Soutien à l'autonomie des personnes âgées, les soins à domicile ne comptent que pour 29 % actuellement, les 71% restants sont dirigés vers l'hébergement de longue durée. **Pourquoi pas une répartition 50/50** pour permettre aux personnes âgées de continuer d'habiter chez elles ?

Les grands utilisateurs du système de soins de santé, soit les personnes âgées, doivent être consultées. Ne constituent-elles pas le plus important groupe « d'actionnaires » du réseau public de santé ? Rapprocher les décisions près des lieux où les services sont donnés, là où le personnel soignant travaille, là où vivent les citoyens touchés, pourquoi cela ne serait-il pas possible ?

Le projet de Loi 15 prévoit un changement de structure majeur. Des millions d'heures de travail seront consacrées seulement à mettre en place cette nouvelle structure. Cette réforme de la structure permettra-t-elle d'améliorer la capacité réelle de notre système de santé ? On en doute. Combien d'années passeront avant que nous bénéficions des avantages annoncés dans cette réforme ? Combien d'années avant que les services directs ne soient améliorés ? Que se passera-t-il dans les prochains mois ?

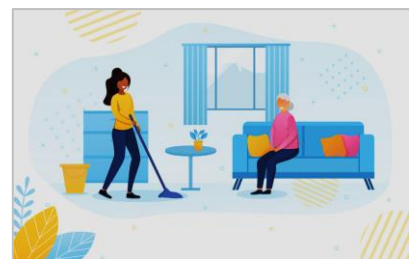
Pour consulter le Mémoire du projet de Loi 15 de l'AQDR nationale, rendez-vous sur notre site Web, au lien suivant :

<https://aqdr-pointedelile.org/wp-content/uploads/2023/08/Memoire-Loi-15-mai-2023.pdf>



Aide financière aux services d'aide domestique

Tel que mentionné dans l'article précédent, le maintien à domicile est un des besoins importants chez les personnes âgées. Ce service, qui a été annoncé depuis plusieurs années, n'a jamais été



officiellement réalisé et n'est pas distingué comme partie intégrante du projet de Loi 15.

Toutefois, différent du programme du maintien à domicile, le **programme d'exonération financière pour les services d'aide domestique** peut devenir une aide précieuse pour les personnes âgées qui ont recours aux services d'aide domestique.

Ce programme permet aux personnes admissibles de bénéficier d'une réduction sur le montant payé à l'entreprise d'économie sociale pour des services d'aide domestique. Les services du programme d'exonération financière incluent « *l'entretien ménager, la lessive, la préparation des repas, de l'accompagnement lors des achats et bien d'autres services* ».

Admissibilité

- ✓ Être couvert par le régime d'assurance maladie.
- ✓ Avoir 18 ans ou plus.
- ✓ Avoir recours aux services d'une entreprise d'économie sociale en aide domestique reconnue par le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS).

Montant de l'aide offerte

- ✓ Pour toute personne admissible, une aide fixe de 4 \$ par heure est offerte.
- ✓ Une aide variable (entre 2,50 \$ et 20 \$ par heure) peut s'ajouter aux 4 \$, selon l'âge, le revenu et la situation familiale.
- ✓ Vous devez payer la différence entre le tarif horaire de l'entreprise et le montant total de l'aide accordée.

À noter que le gouvernement québécois offre la possibilité d'un crédit d'impôt pour les aînés, dépendamment de l'entreprise de services d'aide domestique choisie. Cependant, attendre la période des impôts pour se faire rembourser peut devenir un inconvénient, le programme d'exonération financière est alors une bonne option.

Pour plus d'informations et connaître la façon de se prévaloir du programme d'exonération financière pour les services d'aide domestique, consultez le lien suivant :

<https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/programmes-aide/aide-domestique>



Il existe plusieurs entreprises d'économie sociale en aide domestique dans la région de Montréal.

L'une d'entre elles se situe dans le secteur de la Pointe-de-l'île : « Répit-Ressource de l'Est de Montréal ». Consultez le site au lien suivant :



[https://repit-](https://repit-ressource.com/?utm_source=google&utm_medium=organic&utm_campaign=gmb_listing)

[ressource.com/?utm_source=google&utm_medium=organic&utm_campaign=gmb_listing](https://repit-ressource.com/?utm_source=google&utm_medium=organic&utm_campaign=gmb_listing)



Un revenu viable pour les aînés

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 une bonne partie des aînés de notre région, qui ne peuvent vivre qu'à l'aide de prestations gouvernementales.



La diminution de la qualité de vie des aînés du Québec est importante et provient du fait que leurs revenus ne croissent pas suffisamment pour maintenir un niveau de vie digne. Avec le vieillissement de la population, de plus en plus d'aînés se retrouveront en situation de vulnérabilité et nous devons travailler tous ensemble afin de trouver des solutions à court et long terme.

Pour l'AQDR, les aînés vulnérables ne peuvent vivre dignement, si leur revenu n'atteint pas le niveau du revenu viable tel que défini par l'Institut de recherche et d'information socioéconomique (IRIS). Ce revenu, qui est calculé et croit progressivement chaque année, se situe en 2023 entre 27 000 \$ et 37 000 \$ pour une personne seule, selon sa région de résidence. Pour atteindre ce niveau, il faut donc hausser le revenu de base des aînés les plus vulnérables, ceux et celles qui ne subsistent qu'avec la Sécurité de la vieillesse (SV) et le Supplément de revenu garanti (SRG). Il faut également souligner que parmi ces aînés les plus vulnérables, on retrouve une grande partie de femmes vivant seules.

Dernièrement, l'AQDR a accueilli positivement la décision du gouvernement de bonifier le Crédit d'impôt pour le soutien aux aînés, mais nous croyons que les efforts doivent se poursuivre en ce sens. Le cycle de la pauvreté croissante chez les aînés doit cesser. Afin de briser le cycle de l'appauvrissement des aînés, une contribution supplémentaire est donc revendiquée par l'AQDR, tant de la part du gouvernement du Québec que du gouvernement du Canada. Avec la bonification du Crédit d'impôt pour soutien aux aînés, une partie du chemin est déjà franchie.

C'est pourquoi l'AQDR Pointe-de-l'Île a fait parvenir aux élus de son territoire, une lettre de sensibilisation et le document de l'AQDR nationale, *Un revenu viable pour les aînés*. Nous espérons que les quelques solutions émises dans le document ont été considérées, et ce, dès la mise à jour économique de novembre.



Pour consulter le document, *Un revenu viable pour les aînés*, allez au lien suivant :

<https://aqdr-pointedelile.org/wp-content/uploads/2023/10/1-AQDR-PDI-Revenu-viable.pdf>



Nous vous invitons également à consulter l'étude produite par l'*Observatoire québécois des inégalités* pour des évaluations intéressantes sur la pauvreté réelle des aînés en situation de précarité, étude réalisée en collaboration avec l'AQDR nationale :

<https://aqdr-pointedelile.org/wp-content/uploads/2023/11/Etude-des-inegalites-Observatoire-quebecois.pdf>



Mémoire sur la lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale



En juin 2023, l'AQDR nationale a présenté son Mémoire, *Lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale*, dans le cadre de la consultation publique pour l'élaboration du quatrième plan d'action gouvernemental du Québec.

En se basant sur un sondage auprès de ses membres, l'AQDR nationale a établi QUATRE PRIORITÉS à défendre pour améliorer les conditions de vie des aînés, en particulier les plus vulnérables.

Ces QUATRE PRIORITÉS sont ...

- Le DROIT à un revenu viable pour vivre dignement,
- Le DROIT au soutien à domicile et l'accès aux soins de santé afin de demeurer chez soi,
- Le DROIT à un logement abordable, salubre, adaptable et accessible,
- Le DROIT à la mobilité afin d'accéder aux services, à la vie communautaire et d'y participer pleinement.



Reconnaissante de pouvoir participer à cette consultation, l'AQDR a fortement mis l'accent sur ces priorités qui sont toutes directement liées à la pauvreté et qu'un nombre grandissant de personnes âgées doivent subir. Considérant que les personnes de 65 ans et plus constitueront 25 % de la population québécoise en 2030, agir sur la pauvreté des aînés est une véritable course contre la montre. Il est majeur de trouver de nouvelles façons d'améliorer les conditions de vie des aînés, ce qui, en général, profite à tous. En le faisant, nous favorisons le maintien de la santé et l'autonomie des personnes. Conséquemment, celles-ci continuent de contribuer à la vie communautaire et économique de la province.

Le vieillissement de la population constitue une variable qui ne changera pas et avec laquelle nous devons obligatoirement composer dès maintenant.

Dans ce mémoire, nous répondons à quelques thèmes soulevés dans les questionnaires fournis par le ministère, toujours sous l'angle des personnes âgées. Nous préconisons des mesures ciblées, qui touchent les plus vulnérables. Pour en connaître plus sur les positions de l'AQDR et ses revendications, consultez le Mémoire au lien suivant : <https://aqdr-pointedelile.org/wp-content/uploads/2023/11/Memoire-Lutte-pauvrete-et-exclusion-sociale-juin-2023.pdf>



De plus, dans le cadre d'une consultation locale, organisée le 6 octobre dernier par la députée de Pointe-aux-Trembles, Chantal Rouleau, sur l'élaboration du plan d'action gouvernemental du Québec, l'AQDR Pointe-de-l'île était présente pour défendre les quatre priorités. D'ailleurs, le Mémoire lui a été acheminé.



Poursuivons nos efforts de mobilisation et de sensibilisation afin que la pauvreté d'une part trop importante d'aînés du Québec, soit une priorité pour les décideurs !

Les RPA en perte de vocation

La lutte se poursuit à la Résidence Mont-Carmel

Les locataires de la résidence privée pour aînés (RPA) du Mont-Carmel au centre-ville de Montréal, continuent leur lutte afin de sauver leur logement. Après avoir acheté ce bâtiment de 216 logements locatifs en décembre 2021, l'investisseur immobilier a acheminé un avis d'éviction à ses locataires en prévenant ceux-ci que ce bâtiment fera l'objet d'un changement de vocation afin de devenir un complexe locatif standard. Après une annonce comme celle-ci vient la peur de l'inconnu pour les personnes aînées. Où seront-elles relogées ? Un simple bâtiment qui était devenu pour plusieurs de ces résidents, un foyer.



Un comité de résidents (photo ci-contre) s'est alors formé afin de protéger la vocation de la résidence et leurs droits. En février 2022, près d'une soixantaine de résidents ont ouvert un dossier au Tribunal administratif du logement (TAL) pour s'opposer au changement d'affectation de leur logement. Une demande introductive d'instance a aussi été déposée en Cour supérieure du Québec en avril 2022, afin que cet immeuble de 16 étages maintienne les services qu'il offre à titre de RPA, comme le prévoyait

l'acte de vente signé par l'investisseur immobilier.

Cette rébellion des résidents du Mont-Carmel a créé une réaction positive auprès de la communauté ainsi que partout au Québec. Elle soulève de nombreuses questions sur les RPA de la province, pourquoi est-ce si facile pour les propriétaires et les acheteurs de reprendre possession d'un bâtiment dans lequel des personnes âgées y vivent, et d'en changer la vocation ?

En 2022, un article de *Radio-Canada* annonçait que 500 RPA avaient fermé leurs portes en cinq ans, au Québec. Marc Fortin, président du Regroupement québécois des résidences pour aînés (RQRA), explique que des centaines de membres du Regroupement ont décidé de quitter dans les dernières années. « *Bien que les reconversions soient plus rares, les fermetures sont fréquentes* », cite-il. M. Fortin affirme « *que 110 RPA ont mis la clé sous la porte au courant de l'année 2022* ». Il explique que « *dans ce genre de situations, les résidents doivent être relogés, cela implique parfois de déménager dans une autre région, ce qui peut s'avérer bouleversant pour une personne âgée* ». Le RQRA demande l'aide du gouvernement pour contrer cette tendance.

Un documentaire sur le sujet est sorti en mai 2023, **Évincés : les aînés contre-attaquent**, écrit par la journaliste Noémi Mercier et réalisé par Alexis Chartrand, et met en lumière la perte de vocation des résidences privées pour aînés. Vous pouvez visionner le documentaire au lien suivant : <https://www.noovo.ca/emissions/evinces-les-aines-contre-attaquent>.



Vous aimeriez soutenir le Mont-Carmel ? Il est possible de partager la plateforme de dons <https://www.gofundme.com/f/refusons-de-jeter-nos-aines-la-rue> sur les réseaux sociaux et suivre les développements et manifester votre solidarité sur la page Facebook, « *Sauvons le Mont-Carmel* » à <https://www.facebook.com/sauvonslemontcarmel>.



De plus, cliquez sur le lien suivant pour les dernières nouvelles du Mont-Carmel, et ce, au 17 novembre 2023 : [Lien pour afficher le texte dans votre navigateur](#)



Crise du logement...

On entend parler depuis quelques années de crise du logement. En fait, c'est depuis la fin de la pandémie de la COVID-19 que le problème semble avoir pris des proportions considérables. Pourtant, la crise couve depuis plusieurs années. Le Front populaire d'action pour le réaménagement urbain (FRAPU), qui regroupe des comités logements partout au Québec, envoie des signaux, agite des drapeaux que les autorités ont ignorés volontairement ou pas. Taux d'inoccupation très bas, forte hausse des loyers, expulsions pour cause de rénovation et déficit important de logements sociaux sont autant de signes annonciateurs d'une crise dont on commence à peine à mesurer les conséquences.



Le premier impact, c'est bien sûr la hausse des loyers. Pour les personnes économiquement plus vulnérables, ces augmentations de loyers ont des impacts sur leur qualité de vie. Les loyers augmentent, alors on comprime les dépenses. La première dépense que l'on comprime, c'est la nourriture, tant en qualité qu'en quantité. D'ailleurs, les comptoirs alimentaires partout au Québec, ont connu une hausse significative de fréquentation.

En décembre 2022, le journal *Le Soleil* rapportait que « selon des données de l'Institut national de la santé publique, un adulte sur quatre vit dans un ménage en situation d'insécurité alimentaire, et la proportion de personnes vivant dans un ménage en situation d'insécurité alimentaire modérée ou grave est passée de 5 % en 2019 à 13 % en 2022 ». Or, cette situation ne s'est pas améliorée dans la dernière année. Mais on ne sabre pas que dans la nourriture, il y a les loisirs, les médicaments, les visites chez le médecin. Tout y passe.

Les personnes les plus vulnérables se retrouvent à la rue. Selon une étude réalisée par une chercheuse de l'UQAM en 2018, 38 % des itinérants avaient 50 ans et plus. « On observe une recrudescence importante de cette population depuis quelques années, affirme Valérie Bourgeois-Guérin, professeure au Département de psychologie. De plus en plus de personnes deviennent itinérantes après 50 ans, notamment à cause de la hausse du prix des loyers. » Dans le milieu de l'itinérance, on parle des itinérants invisibles. Si les hommes sont plus susceptibles de se retrouver dans une situation d'itinérance, les femmes n'en sont pas exemptes. Mais elles sont encore moins visibles que les hommes. Dans tous les cas, il s'agit de drames humains sans nom.

Des solutions existent. Il y a des solutions qu'on pourrait qualifier de macros. En 2021, *La Presse* rapportait que « Vienne, en Autriche, compte plus de 420 000 logements sociaux, où habite 60 % de la population. En comparaison, on trouve à Montréal, une ville de taille semblable, 20 000 appartements dans des HLM ». Et pourtant, les Autrichiens n'ont pas la réputation d'être des communistes. À Montréal, dans le cadre de la mise en œuvre du Règlement pour une Métropole mixte, les autorités municipales ont cru que le secteur privé pouvait apporter des solutions aux problèmes de l'accès aux logements sociaux. La désillusion fut brutale : 86 logements dans les deux dernières années essentiellement, parce que les promoteurs préfèrent payer les pénalités plutôt que de construire des logements sociaux. *La Presse*, 30 octobre 2023.



La Ville a ainsi amassé plus de 17 millions de dollars qui devraient être investis dans la construction de logements sociaux. Mais il est permis de douter que des chantiers seront lancés dans les prochains mois... L'objectif du règlement en question est noble, mais force est de constater que l'appât du gain des promoteurs prédomine. Les lois du marché sont impitoyables : tant que l'offre de logements sera en deçà de la demande des locataires, promoteurs et propriétaires n'auront qu'un seul intérêt : engranger les profits.



Mais il y a, heureusement, d'autres solutions. Afin de lutter contre la crise du logement, des entreprises immobilières d'économie sociale de la métropole ont uni leurs forces pour créer l'Alliance des corporations d'habitations abordables du territoire du Grand Montréal (ACHAT), qui vise à augmenter la disponibilité de logements sociaux de la région. Il s'agit de sept (7) organismes :



la Corporation Mainbourg, Espace La Traversée, Habitations populaires Parc-Extension (Hapopex), Interloge (entreprise d'économie sociale et organisme de bienfaisance), la Société d'habitation populaire de l'Est de Montréal (SHAPEM), la Société locative d'investissement et de développement social (SOLIDES) et l'Unité de travail pour l'implantation de logement étudiant (UTILE). Ces organismes construisent et gèrent efficacement des logements sociaux.

Ils ont acquis une expertise exceptionnelle, et moyennant un financement adéquat, peuvent contribuer à résorber efficacement l'actuelle crise de logement.

Pierre Montreuil,
Membre de l'AQDR Pointe-de-l'île,
préoccupé par la problématique du logement



Bonne nouvelle : 720 logements abordables à Pointe-aux-Trembles

Le Domaine La Rousselière, un complexe immobilier proposant des logements aux retraités autonomes, a été racheté par la Corporation Mainbourg et ses



partenaires financiers, la Ville de Montréal, le Gouvernement du Québec, Desjardins, New Market Fund et la Fondation Chagnon. Ce complexe de 8 immeubles d'une valeur de plus de 120 millions de dollars, totalise 720 logements situés à Pointe-aux-Trembles et environ 1 500 locataires qui verront leur bail protégé contre les hausses abusives.

Une superbe annonce qui permettra de retirer ces unités du marché locatif et spéculatif, assurant ainsi l'accessibilité à long terme pour les familles du quartier dans un contexte où la pénurie de logements frappe durement au Québec, mentionne la mairesse de l'Arrondissement RDP-PAT, Caroline Bourgeois.

La Corporation Mainbourg est une entreprise d'économie sociale, propriétaire et gestionnaire d'immeubles à vocation communautaire.





Cliniques d'impôt pour personnes à faible revenu



**CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
RIVIÈRE-DES-PRAIRIES**

Le Centre d'Action Bénévole (CAB) de Rivière-des-Prairies offre aux personnes à faible revenu de l'Île de Montréal de remplir

À RDP

leurs déclarations d'impôt fédéral et provincial 2023, en mars et avril 2024. Contribution suggérée : 5 \$.

Critères d'admissibilité selon les revenus maximaux établis par l'ARC :

	Revenu maximum
➤ Personne seule _____	35 000 \$
➤ Couple ou un adulte avec un enfant _____	45 000 \$
➤ Chaque personne à charge supplémentaire _____	2 500 \$

Information : Communiquez avec le CAB au **514 648-2323**.

Courriel : info@benevolatrdp.ca



Service d'impôt bénévole de la Pointe-de-l'Île

Le Service Impôt Bénévole de la Pointe-de-l'Île de Montréal (SIBPI) offre aux personnes à revenu modeste de la Pointe-de-l'Île de remplir leurs déclarations d'impôt fédéral et provincial 2023. Gratuit, les contributions volontaires sont acceptées.

À PAT

Critères d'admissibilité :

	Revenu maximum
➤ Personne seule _____	35 000 \$
➤ Couple ou un adulte avec un enfant _____	45 000 \$
➤ Chaque personne à charge supplémentaire _____	2 500 \$

Lieu : Centre communautaire Roussin, 12 125, rue Notre-Dame Est, PAT, salle R-44

Quand : Les mardis et mercredis du 12 mars au 30 avril 2024

Heure : Sur rendez-vous seulement

Information : Dès le 28 février 2024, prise de rendez-vous entre 9 h et 16 h, **les mercredis et vendredis au 438 384-9137 ou par courriel : impotsibpi@gmail.com**

Mobilité réduite : Service de cueillette des documents fiscaux offert aux personnes à mobilité réduite de l'Est de Montréal.

Site : sibpi.ca

Courriel : impotsibpi@gmail.com





Le Service d'Aide et de Référencement Aîné d'Anjou offre aux personnes âgées à faible revenu, le soutien nécessaire pour remplir leurs déclarations d'impôt fédéral et provincial 2023, et ce, gratuitement.



Critères d'admissibilité :

- Être âgé de 50 ans et plus et résider à Anjou
- Personne seule _____ 35 000 \$
- Couple ou un adulte avec un enfant _____ 45 000 \$
- Chaque personne à charge supplémentaire _____ 2 500 \$

Information : Communiquez avec le SARA d'Anjou
7800, boul. Métropolitain Est, bureau 132, Anjou
Téléphone : **514 351-2517, poste 101**
Du lundi au vendredi : de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30

Application « RAF »



RAF, Réseau Accès Famille, est une application mobile lancée officiellement le 20 août 2020 par la Corporation de développement communautaire (CDC) de la Pointe. L'objectif visé par cette création est d'augmenter la participation des familles aux activités du territoire et faciliter leur prise de contact avec les institutions publiques et les organismes communautaires du quartier. En janvier 2021, la coordination du projet RAF a été transférée à l'Accueil aux immigrants de l'Est (AIEM) après que l'organisme a offert de prendre en charge les frais technologiques. La CDC de la Pointe occupait ce rôle avant la transition. Depuis, elle est présente à titre de conseillère sur le comité RAF, comité opérationnel du projet.



L'application vous communique des informations pertinentes sur des activités, du bénévolat, des événements publics offerts par différentes institutions, organisations et associations dans l'Est de Montréal, soit Anjou, St-Léonard, Rivière-des-Prairies, Pointe-aux-Trembles.

La recherche est par la suite, simplifiée grâce à la position géographique que prend en compte l'application. Elle prend aussi en compte vos intérêts et vos besoins. L'application est disponible sur les appareils intelligents dans Google Play pour les appareils Android et dans l'Apple Store pour les appareils Apple.

Rendez-vous sur le site internet officiel pour plus d'informations :

<https://reseauaccesfamille.org/index.html>



Encore plus de trucs et d'astuces pour alléger le fardeau de l'inflation



Tout comme dans le dernier numéro du journal, nous poursuivons notre quête à vous offrir des trucs et astuces pour alléger le fardeau de l'inflation. « L'inflation reste élevée au Québec. En effet, l'indice des prix à la consommation a augmenté de 4,8 % depuis un an, soit le plus haut taux au Canada. Pire encore, sur trois ans, soit de septembre 2020 à septembre 2023, l'inflation au Québec a bondi de 17,3 %, dépassant ainsi par 1,5 point de pourcentage, l'augmentation enregistrée (+15,8 %) dans l'ensemble du Canada. », Michel Girard, *Journal de Montréal*, 18 octobre 2023.

Pour vous aider avec la hausse du coût de la vie, voici trois autres trucs et astuces pour alléger le fardeau de l'inflation.

1- Profitez des rabais spéciaux aînés

Plusieurs compagnies offrent des rabais spéciaux aînés à l'année longue, sans avoir besoin d'une carte de membre. En voici quelques-unes :

- Aliments M&M (60 et +) : 10 % les mardis en magasin et 10 % en tout temps sur les commandes en ligne.
- ARES cuisine (60 et +) : 10 % le mercredi.
- Hart (55 et +) : 15 % le 1^{er} lundi du mois.
- Tigre Géant (60 et +) : 10 % le 1^{er} lundi du mois.
- H&R Block (65 et +) : 10 %.



Pour plus de rabais, consultez la liste de rabais pour aînés : <https://rabaisaines.com/rabais/>



2- Achat de seconde main

Il existe plusieurs magasins réservés à la vente d'objets ou de vêtements de seconde main, comme Renaissance.

- *Upcycli* est une application québécoise permettant la vente et l'achat de vêtements d'occasion à bas prix. Il s'agit d'une excellente façon de recycler ses articles et de recevoir en retour une petite compensation, ou bien d'acheter autre chose à bas prix.



Pour en savoir plus sur l'application, consultez le lien suivant : <https://www.upcycli.ca/>



3- Modération des dépenses

Il existe quelques autres façons de réduire ses dépenses, par exemple, dresser sa liste d'épicerie avant de partir, prévoir et noter ses dépenses du mois, faire un budget. La plupart des applications financières sur téléphone vous proposent des outils de gestion budgétaire. Il est possible, entre autres, de se fixer des objectifs d'épargnes.

Pour connaître davantage de trucs, consultez le lien suivant :

<https://www.desjardins.com/qc/fr/conseils/budget-comment-eviter-pieges.html>



FRAUDES VISANT LES AÎNÉS

Le Service de police de la Ville de Montréal (SPVM) observe une recrudescence de fraudes financières par téléphone visant les personnes âgées. C'est pourquoi, il fait appel à notre vigilance afin de sensibiliser la population sur deux types de fraude les visant particulièrement :

FRAUDE DES GRANDS-PARENTS

- Le fraudeur se fait passer pour un proche et demande, si vous les reconnaissez.
- Lorsque la personne âgée donne le nom de la personne avec qui elle pense discuter, le fraudeur utilise cette identité pour établir un lien de confiance.
- Le fraudeur prétend être en difficulté, ici ou dans un pays étranger, vivre une situation insoutenable, avoir été arrêté, eu un accident, être blessé, etc.
- Le fraudeur dit avoir un besoin urgent d'argent pour régler le problème (médical, légal, etc.) .
- Le fraudeur demande à la victime de lui faire un virement ou offre de venir récupérer l'argent comptant.

ATTENTION

Le fraudeur profite des émotions que peut engendrer la situation, suscite un sentiment d'urgence chez la victime et presse de réagir en suppliant de ne pas en parler à personne afin de soutirer l'argent.

FRAUDE DES FAUX REPRÉSENTANTS

- Le fraudeur communique avec la victime par téléphone et prétend être un employé d'une institution financière ou un policier.
- Le fraudeur informe la victime qu'il y a fraude/enquête sur son compte et qu'il faut lui envoyer ses cartes bancaires (crédit/débit).
- Le fraudeur demande à la victime de mettre ses cartes dans une enveloppe en écrivant les numéros d'identification personnelle (NIP).
- Le fraudeur convainc la victime qu'une personne de confiance passera récupérer l'enveloppe et les cartes, et que de nouvelles cartes seront envoyées par la poste.

ATTENTION

Le fraudeur utilise une application qui permet d'afficher une fausse identité sur l'afficheur. Il met sa victime en confiance, insiste et crée un sentiment d'urgence. La personne qui viendra chercher les cartes pourrait utiliser un déguisement (uniforme de facteur, etc.)



**EN CAS
DE DOUTE,
RACCROCHEZ !**

CONSEILS DE PRÉVENTION

- Soyez vigilant, si une personne vous appelle et demande si vous la reconnaissez.
- Ne répondez pas à leur question, demandez-leur de s'identifier.
- Demandez à la personne son numéro de téléphone pour la rappeler ou dites-leur de vous rappeler plus tard, afin que vous puissiez faire des vérifications.
- Personne n'a le droit de vous obliger à donner de l'argent, même un proche.

CONSEILS DE PRÉVENTION

- Ne vous fiez pas systématiquement à ce qui est écrit sur l'afficheur de votre téléphone.
- Ne donnez jamais de renseignements personnels au téléphone.
- Aucune institution financière, service de police ou gouvernemental viendra chercher vos cartes ou vous demandera de dévoiler votre NIP.
- Au moindre doute, raccrochez, puis vérifiez vous-même la situation avec votre institution.

POUR OBTENIR DE L'AIDE OU SIGNALER UNE FRAUDE

En cas de fraude, vous pouvez porter plainte à votre **SERVICE DE POLICE LOCAL**
514 280-01XX (XX : les deux chiffres du Poste de quartier).

Vous pouvez également signaler la fraude au Centre antifraude du Canada: 1-888-495-8501

www.antifraudcentre-centreantifraude.ca

En cas d'urgence, composez le 911.



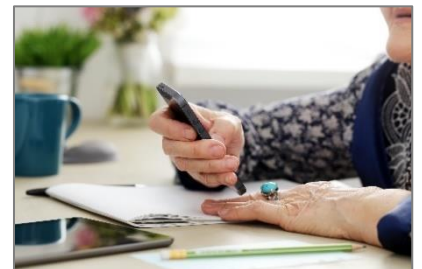
Nouvelle manière de frauder...

Le 26 octobre 2023, le SPVM informait la population, plus particulièrement les personnes âgées, d'une nouvelle manière d'opérer des fraudeurs pour soutirer de l'argent aux victimes.

Les fraudeurs offrent aux personnes âgées de venir les chercher afin de les transporter jusqu'à une institution bancaire pour faire un retrait d'argent.

Comment procèdent-ils ? Ils vous manipulent et vous enlèvent vos options d'agir.

- ◆ Habituellement, les fraudeurs contactent leurs victimes par téléphone. Le nom d'une institution bancaire connue apparaît sur l'afficheur.
- ◆ Ils se font alors passer pour une personne de la sécurité de l'institution et font croire à la victime qu'une fraude a été commise sur l'un de ses comptes. Ainsi, ils créent une fausse situation urgente qui va stresser et inquiéter la victime.
- ◆ Les fraudeurs vont ensuite la convaincre que la seule solution pour régler rapidement la problématique est que l'on vienne la chercher en véhicule pour se rendre dans une institution bancaire afin d'y effectuer des transactions.
- ◆ Les fraudeurs l'amènent à une institution bancaire en disant qu'elle doit retirer une somme d'argent substantielle afin de les aider à régulariser la situation.
- ◆ Une fois de retour dans le véhicule, les fraudeurs volent l'argent, font débarquer la victime et fuient les lieux en véhicule.



Conseils à la population, retenez que ...

- ◆ Une institution bancaire, un service de sécurité ou de police ne vous demandera jamais de l'argent, votre carte d'institution bancaire ou votre NIP pour régler une situation.
- ◆ Ne vous fiez jamais à ce qui est écrit sur l'afficheur de votre téléphone, car les fraudeurs utilisent des applications qui leur permettent d'écrire des noms d'institutions financières.



- ◆ Plus vous allez discuter avec les fraudeurs, plus vous allez vous faire convaincre de faire ce qu'ils vous demandent, ils sont polis, aidants et courtois dans leur approche.

Pour les proches ou les amis d'une personne âgée :

- ◆ Si vous avez parmi vos proches ou amis, des personnes âgées, donnez-leur une option supplémentaire, si jamais elles se retrouvent dans une telle situation d'urgence; développez une stratégie simple.
- ◆ Entendez-vous avec elles et demandez-leur de vous contacter pour en discuter avec vous, afin de les aider à prendre une décision calme et éclairée.



Pour les personnes qui se font contacter :

- ◆ Avant de poursuivre toute discussion avec votre interlocuteur, dites à la personne qui vous sollicite que vous allez la rappeler. Dans 99 % des cas, les fraudeurs vont raccrocher, car ils ne veulent pas donner de numéro pour les joindre.
- ◆ Raccrochez et contactez la personne de confiance avec qui vous avez déjà pris entente pour en discuter, pour vous aider à retrouver vos moyens et prendre une décision éclairée.

Comment demander de l'aide, si vous embarquez dans le véhicule et que vous vous sentez pris au piège ?

- ◆ Si c'est possible, vous pouvez tenter de composer discrètement le 911, vous n'avez pas besoin de parler, la police pourra vous retracer.
- ◆ Lorsque vous débarquez dans une institution bancaire pour aller faire un retrait, ne faites pas le retrait et allez directement parler à un employé de la place pour leur expliquer la situation, ils vont vous aider en toute sécurité.



Pour obtenir de l'aide ou signaler une fraude :

- ◆ En cas de fraude, portez plainte à votre service de police local. Pour communiquer avec votre Poste de quartier (PDQ), **composez le 514 280-01XX (XX correspondant au numéro de votre PDQ).**
- ◆ Il est également possible de fournir de l'information de façon anonyme et confidentielle en contactant **Info-Crime Montréal au 514 393-1133** ou par le formulaire de signalement disponible sur le site <https://infocrimemontreal.ca/>.



N'ayez pas honte ou ne vous sentez pas coupable, si vous vous êtes faits prendre, ce sont d'excellents comédiens qui vous font perdre vos moyens afin de vous manipuler.

Pour toute urgence, faites le 911.

Cours d'informatique

Clic
Aînés



Notre programme de cours d'informatique *Clic Aînés* se poursuit pour la prochaine année. De nouvelles sessions de cours d'informatique seront offertes aux aînés intéressés à s'initier ou à parfaire leurs connaissances informatiques.



Ces séances, sur une base individuelle et personnalisée, seront dispensées tant à Rivière-des-Prairies qu'à Pointe-aux-Trembles.

Possibilité de prêts ou dons de tablettes.

Pour se prévaloir de ces cours d'informatique, les personnes intéressées doivent être **membres de l'AQDR-PDÎ** (cotisation annuelle de 20 \$). **Si vous êtes intéressé à ces cours, contactez l'AQDR-PDÎ au 514 643-0930 ou si vous connaissez des personnes aînées qui pourraient bénéficier de ces cours, faites-leur savoir.**

Bénévoles recherchés



Nous sommes à la recherche de bénévoles formateurs qualifiés pour dispenser les cours d'informatique sur les différents appareils, tels les tablettes (iPad et Android), les téléphones intelligents et les ordinateurs portables. Il suffit de **contacter l'AQDR-PDÎ au 514 643-0930**. Une certaine compensation est offerte aux bénévoles formateurs.

Une application pour un cerveau en santé ...

Luci

Luci est une application web qui vous accompagne dans votre parcours vers l'adoption et le maintien d'habitudes de vie favorables à un cerveau en santé.



C'est simple et gratuit :

- ◆ Faire le bilan de ses habitudes de vie actuelles.
- ◆ S'informer sur la santé du cerveau et les saines habitudes de vie en consultant le répertoire d'articles éducatifs et de fiches pratiques.
- ◆ Établir des objectifs concrets et réalistes.
- ◆ Obtenir le soutien d'un(e) conseiller(ère) à travers des rencontres vidéos.

À VOUS DE JOUER ...

Pour passer à l'action, rendez-vous sur la plateforme : <https://lucilab.ca>




Accès au bureau...



Avant de vous présenter à notre bureau, il est très important de nous contacter au **514 643-0930**.

Pour toute question ou information, n'hésitez pas à nous contacter en nous écrivant au courriel **aqdr-pdi@videotron.ca** ou en nous téléphonant au **514 643-0930**.

N'oubliez pas de consulter les publications sur ...

 notre page Facebook : facebook.com/aqdrpdi



 notre site Web : aqdr-pointedelile.org



Vivre bien informé !



Le **Bottin des aînés de la Pointe-de-l'île** rassemble une grande diversité de ressources pour les personnes aînées.

Que ce soit pour trouver de l'aide à domicile, des cliniques médicales ou encore, des garagistes. Ce bottin offre une multitude de numéros de téléphone afin de vous diriger vers les bonnes ressources pour répondre à vos besoins.

Vous pouvez le consulter au lien suivant :

[Bottin des Aînés de la Pointe-de-l'île – édition 2022](#)



Le courrier des lecteurs



À VOS CRAYONS : Nous vous invitons, chers membres, à nous partager en quelques lignes une histoire de vie d'intérêt, un événement heureux que vous avez vécu, une histoire professionnelle ou encore, une activité que vous avez récemment découverte dans votre quartier.

Vous pouvez nous faire parvenir un texte d'un maximum de 250 mots

à l'adresse courriel : aqdr-pdi@videotron.ca
ou par la poste : 9140, boul. Perras, Montréal, QC H1E 7E4.



Veillez noter que la date limite pour recevoir votre article est le 15 mars, 15 août ou 15 novembre, selon la parution de l'édition d'avril, de septembre ou de décembre.



à être membre de l'AQDR :

- Abonnement gratuit à la revue **La force de l'Âge**, édition spéciale seulement.
- Abonnement gratuit aux bulletins électroniques mensuels, l'**Infolettre de l'AQDR nationale** et à l'**Infolettre de l'AQDR-PDÎ**.
- Réception trois fois par année du journal de l'AQDR-PDÎ, **L'Écho de la Pointe**.
- Économie moyenne de 520 \$ en regroupant vos assurances auto, habitation et véhicules récréatifs sur vos assurances **Beneva, assurances générales**.
- Offre du meilleur prix sur le marché de l'assurance voyage chez **SécuriGlobe**. Ligne sans frais dédiée aux membres de l'AQDR : 1-844-766-0124. Mentionnez à l'agent, le code REF006.
- Économie de 20 % sur vos achats de peinture chez les **marchands Bétonel**, numéro de compte : 3079 2897 0000.
- Rabais sur certains produits et services du **Groupe Forget, audioprothésistes**.
- Chez **Insertech**, économie de 10 % sur les appareils reconditionnés, sur les services techniques et sur les cours d'informatique.
- Économisez 10 % sur vos achats de vêtements et accessoires de vélo et course à pied chez **Vélocyclop**.
- Économie de 10 % sur les services du **Centre Évasion**.
- Rabais de 10 % sur l'achat d'arrangements préalables de services complets * au **Complexe funéraire des Trembles** et un rabais de 10 % sur l'achat préalable de droit d'inhumation/mise en niche au cimetière des Trembles.
 - * Par « services complets », il s'agit que des visites aient lieu ou que des funérailles soient célébrées dans les installations du Complexe funéraire des Trembles.

beneva



INSERTECH
TECHNOS ET ENGAGÉS

ÉVASION
CENTRE DE JOUR ALTERNATIF



SÉCURIGLOBE

GROUPE FORGET
AUDIOPROTHÉSISTES



COMPLEXE FUNÉRAIRE DES TREMBLES
SERVICES COMMÉMORATIFS MONT-ROYAL



- Le **Programme Avantages IRIS** en optométrie comprend :
(code d'accès : AQDRNAT)

- ↳ **150 \$ sur lunettes de prescription :**

- ↳ Économisez 150 \$ sur une paire complète (lentilles et monture) ou de lunettes de soleil sur ordonnance (la valeur totale des lentilles incluant le traitement doit être de 250 \$ et plus).

- ↳ **Économisez 50 \$:**

- ↳ Remplacement des lentilles : Économisez 50 \$ sur les lentilles de prescription à foyers progressifs ou les lentilles d'une valeur de 250 \$ et plus;
- ↳ Lentilles cornéennes : Économisez 50 \$ à l'achat d'un forfait annuel de lentilles cornéennes;
- ↳ Protection solaire : Économisez 50 \$ à l'achat de lunettes solaires sans prescription de 100 \$ et plus.

Pour plus de détails sur ce partenariat et la procédure d'inscription, cliquez sur le lien suivant : [Programme des Avantages IRIS](#).



- **Et bien d'autres avantages :**

Hôtel Sepia – Hôtel Clarendon – Yoga 55+ – Las Olas traiteur – La shop à bonbons – Flair thérapie – Groupe NH photographes.

que vous pouvez consulter au lien suivant : [Avantages d'être membre de l'AQDR](#).



Devenir membre à l'AQDR-PDÎ

La cotisation annuelle est de **20 \$**. Voir le formulaire à la page 39.

Vous pouvez adhérer ou renouveler votre carte ...

- ↳ En vous présentant au bureau de l'AQDR-PDÎ (prendre rendez-vous),
- ↳ Par la poste (chèque non-postdaté, libellé à AQDR Pointe-de-l'île),
- ↳ En ligne à l'adresse suivante : <https://www.aqdr.org/adhesion-ou-renouvellement/>
- ↳ Lors de notre prochain souper *Fraternité*.



PROJETS



Je deviens bénévole

à l'AQDR Pointe-de-l'île

Avec l'appui et le soutien de bénévoles, nous pouvons ainsi poursuivre notre mission de défense collective des droits des personnes retraitées et préretraitées.

Que ce soit, entre autres, collaborer aux tâches administratives, apporter une aide à une de nos activités, contribuer au succès d'un de nos projets, vous pouvez choisir une activité bénévole selon vos goûts, vos disponibilités et vos compétences, tout en mettant votre expérience à profit.

Si vous êtes intéressé(e) à devenir bénévole, contactez-nous au **514 643-0930**.

NOUS RECHERCHONS
DES BENEVOLES

ACTIVITÉS



*Joyeux anniversaire
à tous nos membres
dont l'anniversaire est en
décembre, janvier, février ou mars !*

Que cette journée spéciale vienne couronner une autre année de votre vie et laisse présager celle qui suit tout aussi pleine de beauté !

Merci à nos partenaires!



VOTRE CONSEIL D'ARRONDISSEMENT :

DISPONIBLE ET IMPLIQUÉ DANS VOTRE QUARTIER!



Giovanni Rapanà
Conseiller de la Ville
District de Rivière-des-Prairies

giovanni.rapana@montreal.ca
514 234-8505

Lisa Christensen
Conseillère de la Ville
District de La Pointe-aux-Prairies

lisa.christensen@montreal.ca
514 210-9094

Virginie Journeau
Conseillère de la Ville
District de Pointe-aux-Trembles

virginie.journeau@montreal.ca
438 862-0280

Caroline Bourgeois
Mairesse
de l'arrondissement

caroline.bourgeois@montreal.ca
514 868-4050

Daphney Colin
Conseillère d'arrondissement
District de La Pointe-aux-Prairies

daphney.colin@montreal.ca
438 869-1619

Marie-Claude Baril
Conseillère d'arrondissement
District de Pointe-aux-Trembles

marie-claude.baril@montreal.ca
438 869-0291

Nathalie Pierre-Antoine
Conseillère d'arrondissement
District de Rivière-des-Prairies

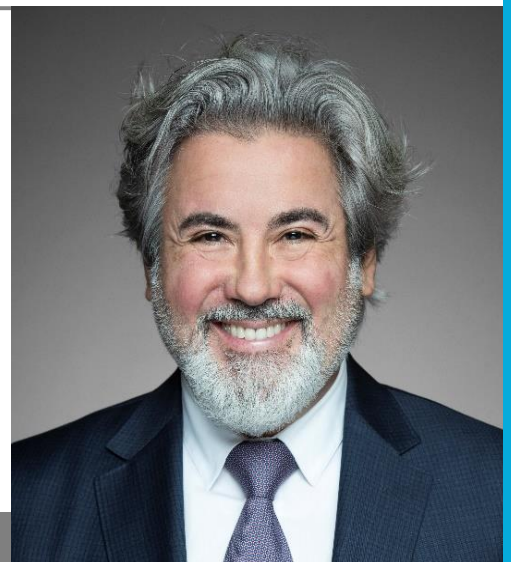
nathalie.pierre-antoine@montreal.ca
514 261-5768



HOUSE OF COMMONS
CHAMBRE DES COMMUNES
CANADA

Pablo Rodriguez
Député
d'Honoré-Mercier

8595, boul. Maurice-Duplessis, bureau 208
Montréal, QC H1E 4H7
514 353-5044
Pablo.Rodriguez@parl.gc.ca



MARIO BEAULIEU

Député de La Pointe-de-l'Île



12500, boulevard Industriel, Montréal, H1B 5P5



514 645-0101 @ Mario.Beaulieu@parl.gc.ca

*Fier partenaire contribuant à l'impression de ce journal.
Grand merci pour cette implication bien précieuse !*



Marc Tanguay
Député de LaFontaine
Chef de l'opposition officielle



ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC

Bureau de circonscription
9094, boulevard Maurice-Duplessis
Montréal (Québec) H1E 7C2
Tél. 514 648-1007
Marc.Tanguay-LAFO@assnat.qc.ca

Chantal ROULEAU
DÉPUTÉE DE POINTE-AUX-TREMBLES

MINISTRE RESPONSABLE DE LA SOLIDARITÉ
SOCIALE ET DE L'ACTION COMMUNAUTAIRE

514 640-9085
chantal.rouleau.pat@assnat.qc.ca

Karine BOIVIN ROY
DÉPUTÉE D'ANJOU-LOUIS-RIEL

ADJOINTE GOUVERNEMENTALE À L'EMPLOI
ADJOINTE GOUVERNEMENTALE À LA MÉTROPOLE

514 493-9630
Karine.BoivinRoy.ANJO@assnat.qc.ca

**Paul St-Pierre
Plamondon**
Député de Camille-Laurin
Chef du troisième groupe d'opposition

Bureau de circonscription
8695, rue Hochelaga
Bureau 202-E,
Montréal (Québec)
H1L 6J5



Ville de Montréal-Est
11 370, rue Notre-Dame Est
Montréal-Est, QC H1B 2W6

Tél. : 514 905-2000
servicescitoyens@montreal-est.ca

Jacques Barakat
PHARMACIEN-PROPRIÉTAIRE
jbarakat@pjc.jeancoutu.com

9101, boul. Maurice-Duplessis
Montréal, QC H1E 6M3
Tél. : 514 881-8808 – Fax. : 514 494-7212

Pharmacie Barakat et Benhamed
Affiliée à



LIGNE ESPOIR AÎNÉ

514 645-4949

Vous avez besoin d'aide pour vos soucis.
Des agents de liaison communautaire sont là pour :
Vous guider - Vous assister - Vous orienter
et Vous soutenir dans toutes vos démarches.

Nous intervenons comme levier de soutien
auprès de la population aînée de la Pointe-de-l'île.

Secteurs : PAT / RDP / Montréal-Est
Du lundi au vendredi : de 9 h à 17 h

Le projet est financé par le Programme Nouveau Horizons pour les
Aînés. Sous la coordination de COMACO, la Direction de la Santé
publique (DRSP), Plan d'impact collectif (PIC) volet 5.



514 573-8812

Initiatives de travail de milieu
auprès des aînés vulnérables



Fier de soutenir
les organismes d'ici!



Caisse Desjardins de Pointe-aux-Trembles

Siège social | 13120, rue Sherbrooke Est, Montréal (Québec) H1A 3W2

514 640-5200

Caisse Desjardins de Rivière-des-Prairies

Siège social | 8300, boul. Maurice-Duplessis, Montréal (Québec) H1E 3A3

514 648-5800



NOS PHARMACIENS SONT LÀ POUR VOUS!

Informez-vous sur nos services tels que :

- Consultation personnalisée et suivi de maladies chroniques (diabète, hypertension, cholestérol, etc.)
- Lavage d'oreilles
- Préparation de piluliers*
- Soins des pieds

*Certaines conditions doivent être respectées. Des frais peuvent s'appliquer.
Certains frais sont couverts par les assurances.

Catherine Cellini et Philippe Gauvin

9686, 4^e Rue, Montréal
514 648-3201

Lundi au vendredi : 9 h à 18 h
Samedi : 9 h à 17 h · Dimanche : fermé



Pharmaciens-propriétaires affiliés à **Proxim**

Les pharmaciens sont les seuls responsables
de l'exercice de la pharmacie.



Pharmacien-propriétaire
affilié à



PHARMAPRIX



**Parlez à votre pharmacien-propriétaire dès aujourd'hui.
Il peut évaluer vos conditions mineures et
rédiger des ordonnance au besoin. ****

**** Pour plus d'informations, consultez votre pharmacien propriétaire.**

Pharmacie Olivier Guertin Pharmacien-propriétaire

8222, boul. Maurice-Duplessis, Montréal, QC H1E 2Y5
514 494-8888

Lundi au vendredi : de 8 h à 22 h
Samedi et dimanche : de 9 h à 22 h

**Seuls les pharmaciens sont responsables de vérifier
le bon usage des médicaments auprès de la population.**

*L'équipe de l'AQDR Pointe-de-l'île
souhaite à tous ses membres, ses partenaires et
ses collaborateurs de Joyeuses Fêtes et Bonne Année 2024!*

*Veillez noter que le bureau sera fermé
du 22 décembre 2023
au 5 janvier 2024 inclusivement.*

Formulaire d'adhésion ou de renouvellement

Carte de membre AQDR Pointe-de-l'Île de Montréal

Pourquoi ne pas inviter
des proches et amis à devenir
membres à l'AQDR-PDÎ...



MEMBRE DE L'AQDR-PDÎ : Adhésion Renouvellement
Date : _____ # _____

Prénom : _____

NOM : _____

Adresse : _____

Code postal : _____

Téléphone : _____

Cellulaire/autre : _____

Date de naissance : _____
(jour-mois-année)

Courriel : _____

Assuré par Beneva : Oui Non

Métier/Profession :

S'inscrire à l'Infolettre : Oui Non

Vous pouvez adhérer ou renouveler votre adhésion **en remplissant ce formulaire et ...**

- En nous l'apportant à notre bureau avec votre paiement.
(Prendre rendez-vous avant de vous présenter au 514 643-0930.)
- En nous le retournant par la poste ainsi qu'un **chèque de 20 \$** non postdaté et libellé à **AQDR Pointe-de-l'île**, à l'adresse suivante : AQDR Pointe-de-l'île de Montréal
9140, boul. Perras
Montréal, QC H1E 7E4

➤ Ou encore, en y adhérant **en ligne** à l'adresse suivante :

<https://www.aqdr.org/adhesion-ou-renouvellement/>



Vous recevrez votre carte de membre par la poste.

Merci de nous aider à poursuivre notre mission !



AQDR

Pointe-de-l'île de Montréal

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES